

මහා සතිපට්ඨාන සූත්‍රය

නිවනට
එකම මග



පූජ්‍ය චේරගොඩ සාරද මහා ස්ථවිර



නිවනට එකම මග

කර්තෘ

පූජ්‍ය චේරගොඩ සාරද මහා ස්ථවිර



ප්‍රකාශනය

සිංහපරපුරා, බෞද්ධ භාවනා මධ්‍යස්ථානය

අංක 1, ජලාන් මස්පුවේ

සිංහපරපුරාව 128607

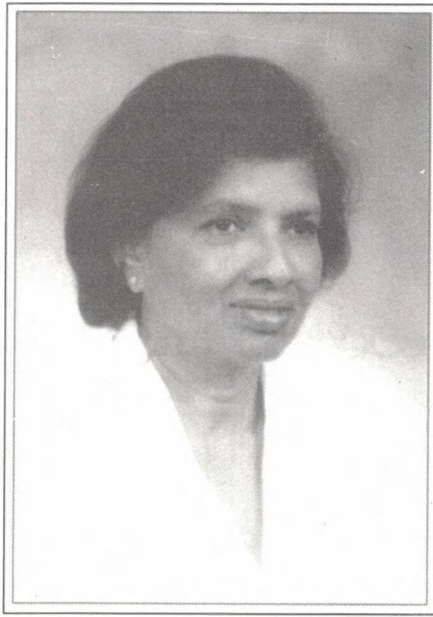
දුරකථනය - (65) 7783330

ෆැක්ස් - (65) 7730150

THE GIFT OF TRUTH EXCELS ALL OTHER GIFTS

(Sabba Dānaṃ Dhamma Dānaṃ Jināti)

*This Noble Discourse
Maha Satipatthana Sutta
(The Great Discourse on the Establishment of Mindfulness)
considered by scholars to be the most important work in the Pali canon
is
sponsored
in loving memory of the
Late Mrs. Kamalawathie Jayawardena*



*11 August 1928 - 16 August 2007
Late Mrs. Kamalawathie Jayawardena*

by

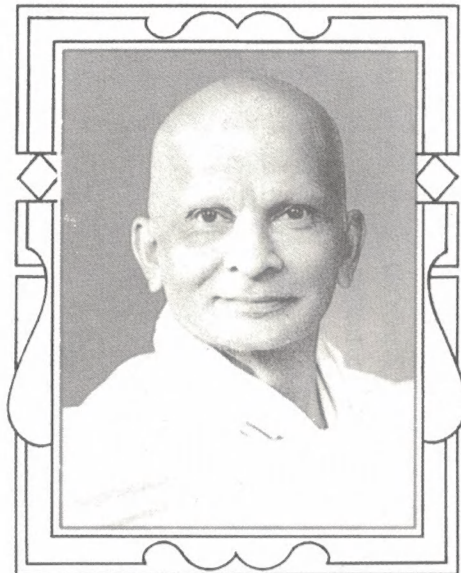
*Dr & Mrs Rowland Jayawardena & Family
Ms Gladys Jayawardena & Vijitha
Mr & Mrs U G Syril and Family
Mr & Mrs Tilak Leslie Jayawardena & Family*

*May the merits that accrue from this Gift of Truth ensure the
Late Mrs. Kamalawathie Jayawardena a happy and blissful state in her next birth.*

*May the reading and the practice of the word of the Buddha
- The Supremely Enlightened One - by millions who use this book enhance and elevate their
wisdom. May all these blessings conferred upon the
Late Mrs. Kamalawathie Jayawardena result in her eternal bliss in Nibbana.*

*Ven. Weragoda Sarada Nayaka Maha Thero
27. 11. 2007*

පිළිගැන්වීම



මගේ ගුරු, දේවයන් වහන්සේ වූ අපවත් වී වදළ
ගෞරවාභී පණ්ඩිත යටලමත්තේ සිරි වාචිස්සර ජිනරතන වජිරඤ්ඤාණාභිධාන
ගාලු කෝරළේ ප්‍රධාන අධිකරණ සංඝනායක ස්වාමීන්ද්‍රයන් වහන්සේ



මගේ ආදරණීය පියාණන් වහන්සේ වූ
පරලෝසැපත් පී. ඒ. පොඩ්දිංඤ්ඤෝ මහතා



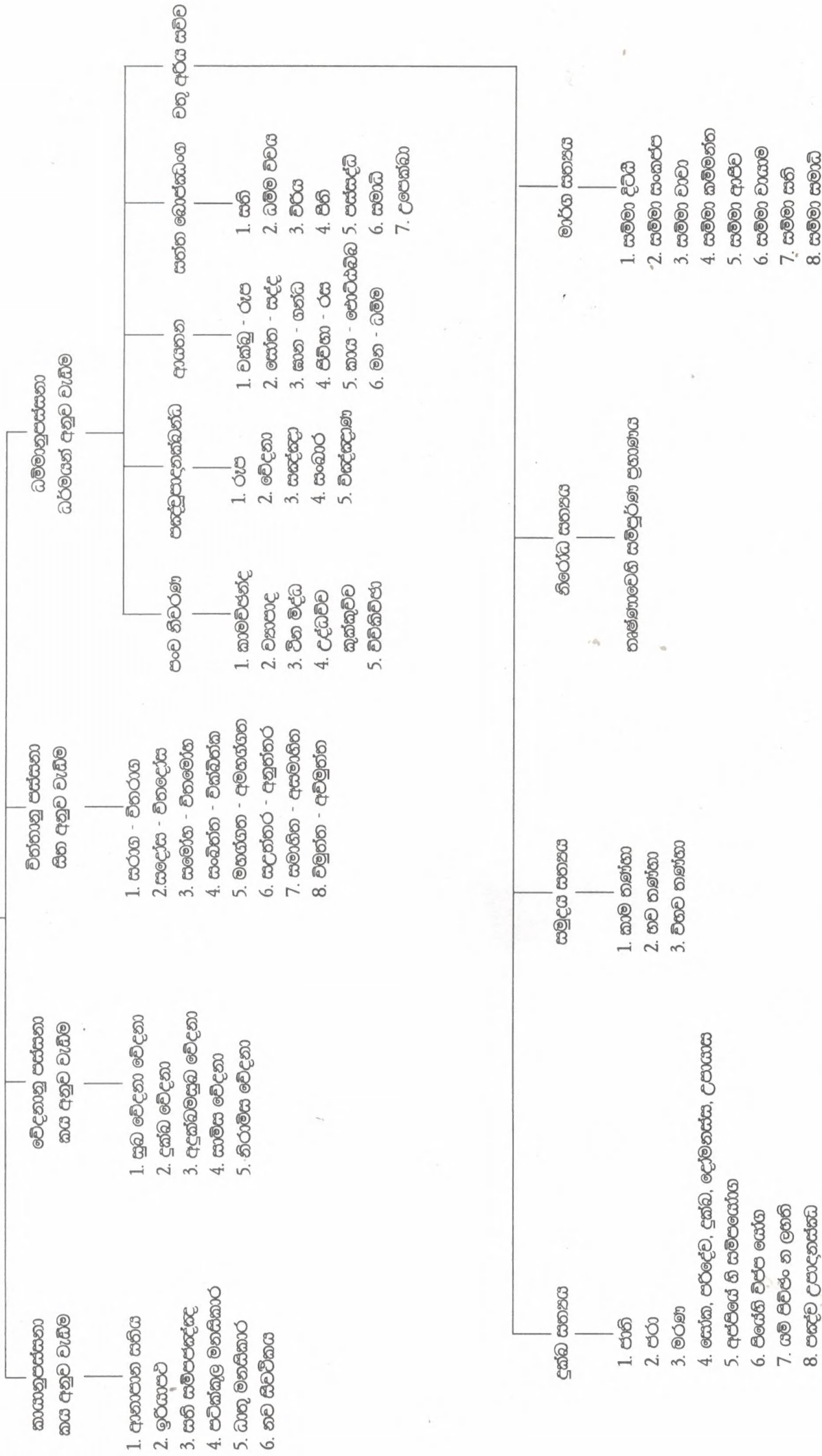
මගේ ආදරණීය මැණියන් වහන්සේ වූ
පරලෝසැපත් පී. පී. එමලිස්හාමි මැතිණිය

මා විසින් කරන්නා වූ පුණ්‍යකර්ම වල හේතු බලයෙන්,
මා ගුරු, දෙමාපිය උත්තමයන් වහන්සේලා ව උතුම් වූ නිවන් සැප ලැබේවා.

පූජ්‍ය චේරගොඩ සාරද මහා ස්ථවිර

මහා සතිපට්ඨාන සූත්‍රයේ සාරාංශ සටහන

මහා සතිපට්ඨාන සූත්‍රය





ප්‍රථම පරිච්ඡේදය



පරිවර්තනය සහිත පෙළ





නමෝ තස්ස භගවතෝ අරහතෝ සම්මා සම්බුද්ධස්ස

ඒවං මේ සූතං.

මා විසින් මෙසේ අසන ලදී

එකං සමයං භගවා කුරුසු
විහරති කම්මාස්ස දම්මං නාම
කුරුනං නිගමො.

එක් කලෙක බුදුරජාණන් වහන්සේ කුරු
ජනපදයෙහි වූ කල්මාෂ්‍යදම්ම නම්වූ කුරු
රටවැස්සන්ගේ නියම් ගමෙහි වැඩ වසන සේක.

තත්‍ර බො භගවා හික්ඛු ආමන්තෙසී
හික්ඛවොති,

එකල්හි බුදුරජාණන් වහන්සේ හික්ඛුන්ට
"මහණෙනි" යි ආමන්ත්‍රණය කළ සේක.

හදන්තෙති තෙ හික්ඛු භගවතො
පච්චස්සොසුං.

ඒ හික්ඛුහු "පින්වතුන් වහන්ස" යි බුදුන්ට පිළිවදන්
දුන්හ.

භගවා එතදවොච:

භාග්‍යවතුන් වහන්සේ මෙය වදළ සේක.

එකායනො අයං හික්ඛවෙ මග්ගෝ සත්තානං
විසුද්ධියා සෝකපරිද්දවානං සමනික්කමාය

මහණෙනි, සත්වයන්ගේ පිරිසිදුව සඳහාද ශෝකය
හා වැළපීම ඉක්මවීම සඳහාද එකම මගක් තිබේ.

දුක්ඛදෙමනස්සානං අඤ්ඤාමාය

දුක් දෙමිනස් පහ කිරීම සඳහා ද

ඤායස්ස අධිගමාය

'න්‍යාය' නම් වූ ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය අවබෝධ
කිරීම සඳහා ද

නිබ්බාණස්ස පච්ඡිකිරියාය

නිවන අවබෝධ කිරීම සඳහා ද

යද්දං චත්තාරො සතිපට්ඨානා.

මේ සතර සතිපට්ඨානය (එම මාර්ගය වේ.)

කතමෙ චත්තාරෝ?

කවර සතරක් ද?

ඉධ හික්ඛවෙ හික්ඛු කායෙ
කායානුපස්සී විහරති
ආතාපී සම්පජානො සතිමා
විනෙය්‍ය ලෝකේ
අභිජ්ඣාදේමනස්සං,

මහණෙනි, මේ සසුනෙහි හික්ඛුන්ට (රූප) කයෙහි
කය අනුව ඛලමින් (කායානුපස්සනා භාවනාවෙහි
යෙදී) වාසය කරයි. චිරයයෙන් නුවණින් හා
සිහියෙන් යුතුව, ලෝක නම් වූ ශරීරයෙහි උැඟී
ලෝභය සහ දෙමිනස් සංසිදුවා (වාසය කරයි.)

වේදනාසු වේදනානුපස්සී විහරති
ආනාපී සම්පජානෝ සතිමා
විනෙය්‍ය ලෝකේ
අභිජ්ඣධාදේමනස්සං,

(සුව දුක් ආදී) වේදනාවන්හි වේදනා අනුව නැවත
නැවත බලමින් (වේදනානුපස්සනා භාවනාවෙහි
යෙදී) වාසය කරයි. චිරයයෙන් නුවණින් හා
සිහියෙන් යුතුව (වේදනා) ලෝකයෙහි දැඩි ලෝභය
හා දෙමිනස සංසිදුවා (වාසය කරයි)

චිත්තේ චිත්තානුපස්සී විහරති
ආනාපී සම්පජානෝ සතිමා
විනෙය්‍ය ලෝකේ
අභිජ්ඣධාදේමනස්සං,

සිතෙහි සිත අනුව නැවත නැවත (චිත්තානුපස්සනා
භාවනාවෙහි යෙදී), බලමින් වාසය කරයි.
චිරයයෙන් නුවණින් හා සිහියෙන් යුතුව (ලෝක
නම්වූ) සිතෙහි දැඩි ලෝභය හා දෙමිනස දුරලා

ධම්මේසු ධම්මානුපස්සී විහරති
ආනාපී සම්පජානෝ
සතිමා විනෙය්‍ය ලෝකේ
අභිජ්ඣධාදේමනස්සං.

(නිවරණාදී) ධර්මයන් හි එම (නිවරණාදී ධර්මයන්)
නැවත නැවත බලමින් (ධම්මානුපස්සනා
භාවනාවෙහි යෙදී) වාසය කරයි. චිරයයෙන්
නුවණින් හා සිහියෙන් යුතුව ලෝක නම්වූ
(නිවරණාදී ධර්මයන්හි) දැඩි ලෝභය හා දෙමිනස
දුරලා වාසය කරයි.



ආනාපානසති

කප්ඤ්ච හික්ඛවේ හික්ඛු කායෙ කායානුපස්සී
විහරති?

මහණෙනි, හික්ඛුව (රූප) කයෙහි කය නැවත නැවත
බලමින් කෙසේ වාසය කෙරේ ද?

ඉධ හික්ඛවේ හික්ඛු

මහණෙනි මේ සසුනෙහි හික්ඛුව

අරඤ්ඤගතෝ වා රුක්ඛ මූලගතෝ වා
සුඤ්ඤාගාරගතෝ වා
නිසීදති පල්ලංකං ආභුජිත්වා

වන සෙනසුනකට ගියේ හෝ රුක් මුල් සෙනසුනකට
ගියේ හෝ ශුන්‍යාගාරයකට (ජනශාගෙන් හිස්
තැනකට) ගියේ හෝ පලක් බැඳ හිඳී,

උජුං කායං පඤ්ඤාය

කය සෘජු කොට පිහිටුවා හිඳීයි.

පරිමුඛං සතිං උපට්ඨපෙත්වා,

සිහිය (කර්මස්ථානයට) අරමුණු කොට පිහිටුවා (හිඳීයි)

සො සතෝච අස්සසති,
සතෝ පස්සසති,

හෙතෙම සිහි ඇතිවම ආශ්වාස කරයි. සිහි ඇතිවම
ප්‍රශ්වාස කරයි.

දීඝං වා අස්සසන්තෝ දීඝං අස්සසාමීති
පජානාති,

දීර්ඝ කොට හෝ ආශ්වාස කරන්නේ දීර්ඝ කොට
ආශ්වාස කරමිසි දැනගනී.

දීඝං වා පස්සසන්තෝ
දීඝං පස්සසාමීති පඡානාති,

දීර්ඝ කොට ප්‍රශ්වාස කරන්නේ හෝ
දීර්ඝ කොට ප්‍රශ්වාස කරමිති දැනගනී.

රස්සං වා අස්සසන්තෝ
රස්සං අස්සසාමීති පඡානාති,

ලුහුඬු කොට හෝ ආශ්වාස කරන්නේ
ලුහුඬුකොට ආශ්වාස කරමිති දැනගනී.

රස්සං වා පස්සසන්තෝ
රස්සං පස්සසාමීති පඡානාති,

ලුහුඬු කොට ප්‍රශ්වාස කරන්නේ හෝ
ලුහුඬු කොට ප්‍රශ්වාස කරමිති දැනගනී.

සබ්බකාය පටිසංවේදී
අස්සසිස්සාමීති සික්ඛති,

සියලු ආශ්වාස ප්‍රශ්වාස කය පිළිබඳ වැටහෙන
සුලුව, ආශ්වාස කරමිති අභ්‍යාස කරයි.

සබ්බකාය පටිසංවේදී
පස්සසිස්සාමීති සික්ඛති,

සියලු ආශ්වාස ප්‍රශ්වාස කය පිළිබඳ වැටහෙන
සුලුව, ප්‍රශ්වාස කරමිති අභ්‍යාස කරයි.

පස්සම්භයං කායසංඛාරං
අස්සසිස්සාමීති සික්ඛති,

කාය සංස්කාරය (ඕලාරික වූ හෙවත් ආශ්වාස
ප්‍රශ්වාස) සංහිදුවා ගනිමින් ආශ්වාස කරමිති
අභ්‍යාස කරයි.

පස්සම්භයං කායසංඛාරං
පස්සසිස්සාමීති සික්ඛති.

කාය සංස්කාරය (ඕලාරික වූ හෙවත් මහත්වූ
ආශ්වාස ප්‍රශ්වාස) සංහිදුවා ගනිමින් ප්‍රශ්වාස
කරමිති අභ්‍යාස කරයි.

සෙය්‍යථාපි හික්ඛවේ දක්ඛෝ හමකාරො වා
හමකාරන්තේවාපි වා

මග්ගොති, යම්සේ දක්ෂ වූ ලියන වඩුවෙක් හෝ
ලියන වඩුවෙකු ගේ අත වැසියෙක් හෝ

දීඝංවා අඤ්ජන්තෝ දීඝං අඤ්ජාමීති
පඡානාති, රස්සං වා අඤ්ජන්තෝ රස්සං
අඤ්ජාමීති පඡානාති,

දික් කොට අඳින්නේ හෝ දික් කොට අඳිමිති දැනගනී.
ලුහුඬු කොට අඳින්නේ හෝ ලුහුඬු කොට,
අඳිමිති දැනගනී.

ඵචමේච ඛෝ හික්ඛවේ, හික්ඛු දීඝං වා
අස්සසන්තෝ දීඝං අස්සසාමීති පඡානාති,

මග්ගොති මෙසේම හික්ෂුව දික් කොට ආශ්වාස
කරන්නේ හෝ දික් කොට ආශ්වාස කරමිති දැනගනී.

දීඝං වා පස්සසන්තෝ දීඝං පස්සසාමීති
පඡානාති, රස්සං වා අස්සසන්තෝ රස්සං
අස්සසාමීති පඡානාති,

දික් කොට ප්‍රශ්වාස කරන්නේ හෝ දික් කොට
ප්‍රශ්වාස කරමිති දැනගනී. ලුහුඬු කොට ආශ්වාස
කරන්නේ හෝ ලුහුඬු කොට ආශ්වාස කරමිති
දැනගනී.

රස්සං වා පස්සසන්තෝ
රස්සං පස්සසාමීති පඡානාති,
සබ්බකාය පටිසංවේදී අස්සසිස්සාමීති
සික්ඛති, සබ්බකාය පටිසංවේදී
පස්සසිස්සාමීති සික්ඛති,

ලුහුඬු කොට ප්‍රශ්වාස කරන්නේ හෝ ලුහුඬු කොට
ප්‍රශ්වාස කරමිති දැනගනී. සියලු ආශ්වාස, ප්‍රශ්වාස
කය වැටහෙන සුලුව ආශ්වාස කරමිති අභ්‍යාස
කරයි. සියලු ආශ්වාස ප්‍රශ්වාස කය වැටහෙන සුලුව
ප්‍රශ්වාස කරමිති අභ්‍යාස කරයි.

පස්සම්භයං කායසංඛාරං
අස්සපිස්සාමිති සික්ඛති,
පස්සම්භයං කායසංඛාරං
පස්සපිස්සාමිති සික්ඛති.

කාය සංස්කාරය (ඕලාරික ආශ්වාස ප්‍රශ්වාස)
සංහිදුවා ගනිමින් ආශ්වාස කරමිනි අභ්‍යාස කරයි
කාය සංස්කාරය (ඕලාරික ආශ්වාස ප්‍රශ්වාස)
සංහිදුවා ගනිමින් ප්‍රශ්වාස කරමිනි අභ්‍යාස කරයි.

ඉති අජ්ඣත්තං වා කායේ කායානුපස්සී
විහරති,

මෙසේ තමන්ගේ (ආශ්වාස, ප්‍රශ්වාස නමැති) කයෙහි
හෝ කය අනුව බලමින් (කාය ගතා සති භාවනාව
වඩමින්) වාසය කරයි.

බහිද්ධා වා කායේ කායානුපස්සී විහරති,

අනුන්ගේ කයෙහි හෝ කය අනුව බලමින් වාසය
කරයි.

අජ්ඣත්තබහිද්ධා වා කායේ කායානුපස්සී
විහරති,

තමාගේ හෝ අනුන්ගේ කයෙහි හෝ කය අනුව
බලමින් වාසය කරයි.

සමුදයධම්මානුපස්සී වා කායස්මිං විහරති,

(ආශ්වාස ප්‍රශ්වාස කයෙහි) උත්පත්ති ස්වභාවය
අනුව බලමින් හෝ වාසය කරයි.

වයධම්මානුපස්සී වා කායස්මිං විහරති,

කයෙහි විනාශවන ස්වභාවය බලමින් හෝ වාසය
කරයි.

සමුදයවයධම්මානුපස්සී වා කායස්මිං
විහරති,

කයෙහි උත්පත්ති ස්වභාවය සහ විනාශවන
ස්වභාවය යන දෙකම හෝ බලමින් වාසය කරයි.

අත්ථි කායෝති වා පනස්ස සති
පච්චුපට්ඨිතා හෝති

(ඒ යෝග්‍යාවචරයාට) ආශ්වාස ප්‍රශ්වාස කය
ඇත්තේය. යන සිහිය, එළඹ සිටී.

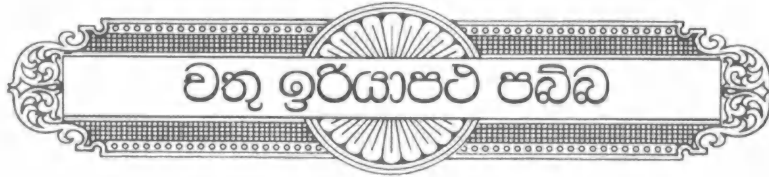
යාවදේව ඤාණමත්තාය
පතිස්සතිමත්තාය
අනිස්සිතෝ ව විහරති.

(එසේ සිහිය එළඹ සිටීම) හුදෙක් නුවණ දියණු වීම
සඳහා ද, සිහිය වැඩීම සඳහා ද පවතී. (හෙතෙම
තණ්හාව දුෂ්ටිය යන දෙකෙන්) ඇත්ව වාසය කරයි.

නව කිඤ්චි ලෝකේ උපාදියති,
ථවම්පි හික්ඛවේ හික්ඛු කායේ
කායානුපස්සී විහරති.

සත්ව ලෝකයෙහි (රූපා දී) කිසිවක් (ආත්ම
වශයෙන්) නොගනී. මහණෙනි, මෙසේ ද මහණ
තෙමේ කයෙහි කය අනුව බලමින් වාසය කරයි.





සතර කායික ඉරියව්

පුන ව පරං හික්ඛවේ හික්ඛු ගච්ඡන්තෝ
වා ගච්ඡාමිති පඡානාති,

මහණෙනි, නැවත ද මහණතෙම යන්නේ යම්දි කියා
දැනගනියි.

ධිතෝ වා ධිතොමිහිති පඡානාති,
නිසින්තෝ වා නිසින්තෝමිහිති පඡානාති,
සයානෝවා සයානෝමිහිති පඡානාති,

සිටගෙන සිටියේ සිටගෙන සිටියෙමිසි දැනගනි.
හිඳගෙන සිටියේ හිඳගෙන සිටියෙමිසි දැනගනි.
නිදන්නේ නිදමිසි කියා දැනගනි.

යථා යථා වා පනස්ස කායෝ පණ්හිතෝ
හෝති, තථා තථා නං පඡානාති.

යම් යම් ඉරියව්වකින් ඔහුගේ ශරීරය පිහිටුවන
ලද්දේ නම්, ඒ ඒ පරිද්දෙන් ඒ කය දැනගනි.

ඉති අජ්ඣත්තං වා කායේ
කායානුපස්සි විහරති,

මෙසේ තමන්ගේ කයෙහි හෝ කය අනුව බලමින්
වාසය කරයි.

බහිද්ධා වා කායේ කායානුපස්සි
විහරති,

අනුන්ගේ කයෙහි හෝ කය අනුව බලමින් වාසය
කරයි.

අජ්ඣත්තබහිද්ධා වා කායේ කායානුපස්සි
විහරති,

තමන්ගේ හෝ අනුන්ගේ හෝ කයෙහි කය අනුව
බලමින් වාසය කරයි.

සමුදයධම්මානුපස්සි වා කායස්මිං විහරති,

කයෙහි උත්පත්ති ස්වභාවය අනුව බලමින් හෝ
වාසය කරයි.

වයධම්මානුපස්සි වා කායස්මිං විහරති,

කයෙහි විනාශවන ස්වභාවය අනුව බලමින් හෝ
වාසය කරයි.

සමුදය වයධම්මානුපස්සි වා කායස්මිං
විහරති,

කයෙහි උත්පත්ති ස්වභාවය සහ විනාශ වන
ස්වභාවය බලමින් හෝ වාසය කරයි.

අත්ථිකායෝති වා පනස්ස සති
පච්චුපට්ඨිතා හෝති

කය ඇත්තේය කියා හෝ ඔහුට සිහිය
එළඹ සිටී.

යාවදේව ඤාණමත්තාය
පනිස්සතිමත්තාය,
අනිස්සිතෝ ව විහරති,

හුදෙක් ඤාණය දියුණු වීම සඳහා ද සිහිය වැඩිවීම
සඳහා ද එය පවතී. ඔහු තණ්හාව හා දූෂ්ටය යන
දෙකෙන් ඇහව වාසය කරයි.

නව කිඤ්චි ලෝකේ උපාදියති,

සත්ව ලෝකයෙහි කිසිවක් අල්වා නොගනි.

එවමපි බො හික්ඛවෙ හික්ඛු කායේ
කායානුපස්සි විහරති.

මහණෙනි, මෙසේ ද මහණතෙම කයෙහි
කය අනුව බලමින් වාසය කරයි.



පුන ච පරං හික්ඛවෙ හික්ඛු අහික්කන්තේ
පටික්කන්තේ සම්පජානකාරී හෝති,

මහණෙනි නැවත ද මහණතෙම ඉදිරියට යාමෙහි
ද ආපසු ඊමෙහි ද මනා ප්‍රඥාවෙන් යුක්තව ක්‍රියා
කරයි.

ආලෝකිතේ ටිලෝකිතේ
සම්පජානකාරී හෝති,

ඉදිරි පස බැලීමෙහි දී ද අනු දිසා බැලීමෙහි දී ද
මනා ප්‍රඥාවෙන් යුක්තව ක්‍රියා කරයි.

සම්මිඤ්ජිතේ පසාරිතේ
සම්පජානකාරී හෝති

අතපස හැකිලීමෙහිදී ද දිගු කිරීමෙහිදී ද මනා
ප්‍රඥාවෙන් යුක්තව ක්‍රියාකරයි.

සංඝාටිපත්තච්චරධාරණේ
සම්පජානකාරී හෝති,

දෙපට සිවුර පාත්‍රය සහ තනිපට සිවුර උරුමෙහි
දී ද මනා ප්‍රඥාවෙන් යුතුව ක්‍රියා කරයි.

අසිතේ පිතේ බායිතේ සායිතේ
සම්පජානකාරී හෝති,

අනුභව කිරීමෙහිදී ද පානය කිරීමෙහි දී ද
අතුරුපස ගැනීමෙහි දී ද රස විඳීමෙහි දී ද මනා
ප්‍රඥාවෙන් යුතුව ක්‍රියාකරයි.

උච්චාරපස්සාවකම්මේ
සම්පජානකාරී හෝති,

මලමුත්‍ර කිරීමෙහි දී ද මනා ප්‍රඥාවෙන් යුතුව
ක්‍රියාකරයි.

ගතේ ධිතේ නිසින්තේ පුත්තේ ජාගරිතේ
හායිතේ තුණ්හිභාවෙ සම්පජානකාරී හෝති.

යාමෙහි සිටගෙන සිටීමෙහි ගිඳීමෙහි නිඳීමෙහි
නොනිඳීමෙහි කතාකිරීමෙහි දී සහ නිශ්ශබ්දව
සිටීමෙහි දී ද මනා ප්‍රඥාවෙන් යුතුව ක්‍රියාකරයි.

ඉති අජ්ඣන්තං වා
කායේ කායානුපස්සි විහරති,

මෙසේ තමාගේ කයෙහි හෝ කය අනුව බලමින්
වාසය කරයි.

බහිද්ධා වා කායේ කායානුපස්සි විහරති,

අනුන්ගේ කයෙහි හෝ කය අනුව බලමින් වාසය
කරයි.

අජ්ඣන්ත බහිද්ධා වා කායේ කායානුපස්සි
විහරති,

තමාගේ හෝ අනුන්ගේ හෝ කයෙහි කය අනුව
බලමින් වාසය කරයි.

සමුදය ධම්මානුපස්සී වා
කායස්මිං විහරති,

කයෙහි උත්පත්ති ස්වභාවය හෝ අනුව බලමින්
වාසය කරයි.

වයධම්මානුපස්සී වා
කායස්මිං විහරති,

කයෙහි විනාශ වන ස්වභාවය හෝ අනුව බලමින්
වාසය කරයි.

සමුදයවයධම්මානුපස්සී
වා කායස්මිං විහරති,

කයෙහි උත්පත්ති ස්වභාවය සහ විනාශ වන
ස්වභාවය හෝ අනුව බලමින් වාසය කරයි.

අත්ථි කායෝති වා පනස්ස සති
පච්චුපට්ඨිතා හෝති,
යාවදේව ඤාණමත්තාය
පතිස්සතිමත්තාය,
අනිස්සිතෝව විහරති

ඒ යෝගාවචරයාට කය ඇත්තේය කියා හෝ සිහිය
එළඹ සිටී. (එබඳු සිහිය) හුදෙක් නුවණ දියුණු වීම
සඳහා ද සිහිය වැඩිම සඳහා ද පවතී.
(ඔහු තණ්හා දිට්ඨි දෙකෙන්) දුරුව වාසය කරයි.

නව කිඤ්චි ලෝකේ උපාදියති,
එවමිසි හික්ඛවේ හික්ඛු
කායේ කායනුපස්සී විහරති.

(ඔහු) ලෝකයෙහි (රූපා දී) කිසිවක් අල්වා නොගනී,
මහණෙනි මහණතෙම මෙසේ ද
කයෙහි කය අනුව බලමින් වාසය කරයි.



පුන ව පරං හික්ඛවේ හික්ඛු
ඉමමේව කායං උද්ධං පාදතලා

මහණෙනි නැවත ද මහණතෙම
පාද තලයෙන් උඩ

අධෝ කේසමත්ථකා තව පරියන්තං

හිස්මුදුනෙන් යට සම කෙළවර කොට ඇති

පුරං නානප්පකාරස්ස අසුචිතෝ
පච්චවේක්ඛති,

නා නා ප්‍රකාර අසුචියෙන් පිරී ඇති බව සිහි කර
බලයි.

අත්ථි ඉමස්මිං කායේ

මේ ශරීරයෙහි (මෙනම් දේ) ඇත.

කේසා ලෝමා නඛා
දන්තා තවෝ

කෙස්ස, ලොම්ය, නියපොතුය,
දත්ය, සමය,

මංසං නභාරු
අට්ඨි අට්ඨිමිඤ්ජා වක්කං

මස්ස, නහරය,
ඇටය, ඇට මිදුලය, වකුගඩුය,

හදයං යකනං කිලෝමකං පිහකං
පප්පාසං

හදවතය, අක්මාවය, දළඹුවය, බඩදිවය,
පපුමසය,

අන්තං අන්තගුණං
උදරියං කරිසං මත්ථදුංගං

බඩවැලය, අතුණුබහණය, (කුඩා බඩවැල),
නොදිරු, අහරය, අසුචිය, හිස්මොලය

පිත්තං සෙම්භං පුබ්බෝ
ලෝහිතං සේදේ මේදේ
අස්සු වසා බේලෝ

පිතය, සෙමය, සැරවය,
රුධිරය, ඩහදියය, මේද තෙල්ය,
කඳුලය, වුරුණු තෙල්ය, කෙළය,

සිංසානිකා ලසිකා මුත්තං ති.

සොටුය, සදම්ඳුලය, මුත්‍රය, (යන මේවායි)

සෙය්‍යථාපි හික්ඛවේ උහතෝ මුඛා
මුතෝලී

මහණෙනි, යම්සේ දෙපසින් කටවල් දෙකක් ඇති
මල්ලක් වේ ද

පුරා නානාවිහිතස්ස ධක්ඛස්ස, සෙය්‍යථිදං?

(එය) නානාප්‍රකාර ධාන්‍ය වලින් පුරවන ලද්දේ වේ.
ඒ මෙසේය.

සාලිතං, වීහිතං,
මුග්ගානං, මාසානං,
තිලානං, තණ්ඩුලානං,

හැල්විය, අනෙකුත් වී වර්ගය,
මුංය, මැය,
තලය, සහල්ය, (යන මේවායි.)

තමේනං චක්ඛුමා පුරිසෝ මුඤ්චිත්වා
පච්චවෙක්ඛෙය්‍ය,

ඇස් ඇති පුරුෂයෙක් ඒ මල්ල ලිහා බලා (මෙසේ)
සිතන්නේය.

ඉමේ සාලි, ඉමේ වීහී, ඉමේ මුග්ගා,
ඉමේ මාසා, ඉමේ තිලා, ඉමේ තණ්ඩුලානි,

මේ හැල් විය, මේ අනෙකුත් විය, මේ මුං ය ,
මේ මැය, මේ තලය, මේ සහල්ය (යනුවෙනි)

ඒව මේව ඛෝ හික්ඛවේ හික්ඛු

මහණෙනි මෙසේම මහණතෙම

ඉමමේව කායං උද්ධං පාදතලා
අධෝ කේසමත්ථකා තච පරියන්තං
පුරං නානප්පකාරස්ස අසුචිතෝ
පච්චවෙක්ඛති,

පාද තලයෙන් උඩ, හිස්මුදුනින් යට සම කෙලවර
කොට ඇති මේ ශරීරයම.
නා නා ප්‍රකාර අසුචියෙන් පිරී ඇති බව
සිහි කර බලයි.

අත්ථි ඉමස්මිං කායේ

මේ ශරීරයෙහි (මෙනම් දේ) ඇත.

කේසා, ලෝමා, නඛා,

කෙස්ය, ලොම්ය, නියපොතුය

දන්තා, තවෝ

දත්ය, සම ය

මංසං, නහාරු, අට්ඨි අට්ඨිමිඤ්ජා, චක්කං

මස්ය, නහරය, ඇටය, ඇට මිදුලය, වකුගඩුය

හදයං, යකනං, කිලෝමකං, පිහකං,
පප්ඵාසං

හදවතය, අක්මාවය, දළඹුවය, බඩ දිව ය,
පපු මසය,

අන්තං, අන්තගුණං, උදරියං, කරිසං,
මත්ථලංගං,

බඩවැලය, අතුණුබහණය, (කුඩා බඩවැල)
නොදිරු, ආතරය, අසුචිය, හිස්මොලය

පිත්තං, සෙම්භං, පුබ්බෝ,
ලෝහිතං, සේදේ, මේදේ,
අස්සු, වසා, බෙලෝ,

පිතය, සෙමය, සැරවය,
රුධිරයය, බහදියය, මේද තෙල්ය,
කඳුලය, වුරුණු තෙල්ය, කෙළය,

සිංඝානිකා, ලසිකා, මුත්තං නි.

සොටුය, සඳුම්ඳුලය, මුත්‍රය, (යන මේවායි)

ඉති අජ්ඣන්තංවා කායේ
කායානුපස්සී විහරති,

මෙසේ තමාගේ කයෙහි හෝ කය අනුව
බලමින් වාසය කරයි.

බහිද්ධා වා කායේ කායානුපස්සී
විහරති,

අනුන්ගේ කයෙහි හෝ කය අනුව බලමින්
වාසය කරයි.

අජ්ඣන්තබහිද්ධා වා කායේ
කායානුපස්සී විහරති,

තමාගේ හෝ අනුන්ගේ හෝ කයෙහි කය
අනුව බලමින් වාසය කරයි.

සමුදයධම්මානුපස්සී වා කායස්මිං
විහරති,

කයෙහි උත්පත්ති ස්වභාවය හෝ අනුව
බලමින් වාසය කරයි.

වයධම්මානුපස්සී වා කායස්මිං විහරති,

කයෙහි විනාශ වන ස්වභාවය හෝ අනුව
බලමින් වාසය කරයි.

සමුදයවයධම්මානුපස්සී වා
කායස්මිං විහරති,

කයෙහි උත්පත්ති ස්වභාවය සහ විනාශ වන
ස්වභාවය හෝ අනුව බලමින් වාසය කරයි.

අත්ථි කායෝති වා පනස්ස සති
පච්චුපට්ඨිතා හෝති,

ඒ යෝගාවචරයාට කය ඇත්තේය කියා හෝ
සිතිය ඵලඹ සිටී.

යාවදේව ඤාණමත්තාය
පතිස්සතිමත්තාය

(ඵබදු සිතිය) හුදෙක් නුවණ දියුණු වීම සඳහාද
සිතිය වැඩිම සඳහා ද පවතී.

අනිස්සිතෝ ව විහරති,
නව කිඤ්චි ලෝකේ උපාදියති.

(ඔහු තණ්හා දිට්ඨි දෙකෙන්) දුරුව වාසය කරයි.
(ඔහු) ලෝකයෙහි (රූපා දී) කිසිවක් අල්වා නොගනී.

ඵවම්පි හික්ඛවේ හික්ඛු
කායේ කායානුපස්සී විහරති.

මහණෙනි, මහණතෙම මෙසේද කයෙහි
කය අනුව බලමින් වාසය කරයි.

ධාතු මනසිකාර පඛිඩං

පුන ව පරං හික්ඛවේ හික්ඛු ඉමමේව කායං
යථාධිතං යථා පණ්ණිනං ධාතුසෝ
පච්චවේක්ඛති.

මහණෙනි, නැවතද මහණතෙම මේ ශරීරය යම්
සේ පිහිටියේ ද යම් සේ පිහිටුවන ලද ද (එසේ)
ධාතු වශයෙන් මෙනෙහි කර බලයි.

අත්ථි ඉමස්මිං කායේ
පඨවිධාතු ආපෝධාතු
තේජෝධාතු වායෝධාතු ති.

මේ ශරීරයෙහි
පඨවි ධාතුය, ආපෝ ධාතුය,
තේජෝ ධාතුය, වායෝ ධාතුය (යන මේවා ඇත.)

සෙය්‍යථාපි හික්ඛවේ දක්ඛෝ ගෝඝාතකෝ
වා, ගෝඝාතකන්තේවාසී වා ගාථිං වධිත්වා
වාතුම්මනාපථේ බ්ලසො පටිච්ඡන්තේවා
නිසින්තෝ අස්ස,

මහණෙනි, යම්සේ දක්ෂවු ගවයන් මරන්නෙක් හෝ
ඔහුගේ අත වැසියෙක් හෝ ගවදෙනක මරා කොටස්
වශයෙන් වෙන් කොට, සතර මං සන්ධියක
තබාගෙන හුන්නේ වේ ද

ථවමේව ඛෝ හික්ඛවේ හික්ඛු
ඉමමේව කායං යථාධිතං යථා පණ්ණිනං
ධාතුසො පච්චවේක්ඛති,

මහණෙනි එපරිද්දෙන්ම මහණතෙම මේ ශරීරය
යම් සේ පිහිටියේ ද යම්සේ පිහිටුවන ලද ද (එසේ)
ධාතු වශයෙන් මෙනෙහි කර බලයි

අත්ථි ඉමස්මිං කායේ
පඨවිධාතු ආපෝධාතු
තේජෝධාතු වායෝධාතු ති.

මේ කයෙහි
පඨවි ධාතුව, ආපෝ ධාතුව, තේජෝ ධාතුව, වායෝ
ධාතුව යන මේවා ඇත. (යනුවෙනි.)

ඉති අජ්ඣත්තං වා කායේ කායානුපස්සී
විහරති,

මෙසේ තමාගේ කයෙහි හෝ කය අනුව බලමින්
වාසය කරයි.

බහිද්ධා වා කායේ කායානුපස්සී විහරති,

අනුන්ගේ කයෙහි හෝ කය අනුව බලමින් වාසය
කරයි.

අජ්ඣත්තබහිද්ධා වා කායේ කායානුපස්සී
විහරති,

තමාගේ හෝ අනුන්ගේ හෝ කයෙහි කය අනුව
බලමින් වාසය කරයි.

සමුදය ධම්මානුපස්සී වා කායස්මිං විහරති,

කයෙහි උත්පත්ති ස්වභාවය හෝ අනුව බලමින්
වාසය කරයි.

වයධම්මානුපස්සී වා කායස්මිං
විහරති,

කයෙහි විනාශ වන ස්වභාවය හෝ අනුව බලමින්
වාසය කරයි.

සමුදයවයධම්මානුපස්සී වා
කායස්මිං විහරති,

කයෙහි උත්පත්ති ස්වභාවය සහ විනාශ වන
ස්වභාවය හෝ අනුව බලමින් වාසය කරයි.

අත්ථිකායෝති වා පනස්ස සති
පච්චපට්ඨිකා හෝති

ඒ යෝගාවචරයාට කය ඇත්තේය කියා හෝ සිතිය
පළඹ සිටී.

යාවදේව ඤාණමත්තාය
පතිස්සතිමත්තාය,
අනිස්සිතෝ ව විහරති,

(එබඳු සිතිය) හුදෙක් නුවණ දියුණු වීම සඳහා ද
සිතිය වැඩීම සඳහා ද පවතී.
(ඔහු තණ්හා, ද්විධී දෙකෙන්) දුරුව වාසය කරයි.

නව කිඤ්චි ලෝකේ උපාදියති.

(ඔහු) ලෝකයෙහි (රූපා දී) කිසිවක් අල්වා නොගනී.

එවම්පි හික්බවේ හික්බු කායේ කායානුපස්සී
විහරති.

මහණෙනි මහණතෙම මෙසේ ද කයෙහි කය අනුව
බලමින් වාසය කරයි.



පුන ව පරං හික්බවේ හික්බු සෙය්‍යථාපි
පස්සෙය්‍ය සරිරං සිව්විකාය ඡඩ්ඪිතං

මහණෙනි නැවත ද මහණතෙම මළ සිරුරක්
දක්නේ වේ ද (එය සොහොනෙහි හැර දමන ලද්දක්
වෙයි.)

එකාහමනං වා, ද්විහමනං වා,
තීහමනං වා
උද්ධමානකං විනිලකං
විපුබ්බකජානං.

(එය) මැරී එක් දවසක් ඉක්ම ගියේ හෝ වේ,
දෙ දවසක් ඉක්ම ගියේ හෝ වේ, තුන් දවසක් ඉක්ම
ගියේ හෝ වේ. ඉදිමුණේ හෝ වේ, නිල්ව ගියේ හෝ
වේ. සැරව ගලන්නේ හෝ වේ.

සෝ ඉමමේව කායං උපසංහරති, අයම්පි
බෝ කායො

ඒ මහණතෙම මේ මළ සිරුරට (තම සිරුර සමග)
සමාන කර බලන්නේ මේ (මාගේ) සිරුර ද,

ඒවං ධම්මෝ, ඒවං භාවී,
ඒතං අනතීතෝ ති.

මෙබඳු ස්වභාව ඇත්තේය, මෙසේ වන සුලුය,
මේ ස්වභාවය නොඉක්මවන ලද්දේය, (යනුවෙනි.)

ඉති අජ්ඣධන්තං වා කායේ කායානුපස්සී
විහරති,

මෙසේ තමාගේ කයෙහි හෝ කය අනුව බලමින්
වාසය කරයි.

බහිද්ධා වා කායේ කායානුපස්සී විහරති,

අනුන්ගේ කයෙහි හෝ කය අනුව බලමින් වාසය
කරයි.

අජකඛ්ඨකඛිද්ධා වා කායේ
කායානුපස්සී විහරති,

තමාගේ හෝ අනුන්ගේ හෝ කයෙහි කය අනුව
බලමින් වාසය කරයි.

සමුදය ධම්මානුපස්සී වා
කායස්මිං විහරති,

කයෙහි උත්පත්ති ස්වභාවය හෝ අනුව බලමින්
වාසය කරයි.

වයධම්මානුපස්සී වා කායස්මිං
විහරති,

කයෙහි චිතාය වන ස්වභාවය හෝ අනුව බලමින්
වාසය කරයි.

සමුදයවයධම්මානුපස්සී වා කායස්මිං
විහරති

කයෙහි උත්පත්ති ස්වභාවය සහ චිතාය වන
ස්වභාවය හෝ අනුව බලමින් වාසය කරයි.

අත්ථි කායෝති වා පනස්ස සති
පච්චුප්පිධිතා හෝති

ඒ ශෝභාවචරභාව කය ඇත්තේය කියා හෝ සිතිය
පළඹ සිටී.

යාවදේව ඤාණමත්තාය
පතිස්සතිමත්තාය අනිස්සිතෝ ව
විහරති,
තව කිඤ්චි ලෝකේ උපාදියති.

(එබඳු සිතිය) හුදෙක් නුවණ දියුණු වීම සඳහාද
සිතිය වැඩීම සඳහා ද පවතී. (ඔහු තණ්හා දිට්ඨි
දෙකෙන්) දුරුව වාසය කරයි. (ඔහු) ලෝකයෙහි
(රූපා දී) කිසිවක් අල්වා නොගනී.

ඵවමිපි බෝ හික්ඛවේ හික්ඛු
කායේ කායානුපස්සී විහරති.

මහණෙනි මහණතෙම මෙසේද
කයෙහි කය අනුව බලමින් වාසය කරයි.

පුන ව පරං හික්ඛවේ, හික්ඛු සෙය්‍යථාපි
පස්සෙය්‍ය සරීරං

මහණෙනි නැවතද මහණතෙම යම්සේ
මළ සිරුරක් දකී ද ,

සිවථිකාය ඡඩ්ඪිතං

එය සොහොනෙහි හැර දමන ලද්දක් වේ.

කාකේහි වා ඛජ්ජමානං

(එය) කපුටන් විසින් හෝ කනු ලැබේ.

ගිජ්ඣෙධිහි වා ඛජ්ජමානං

ගිජුලිගිණියන් විසින් හෝ කනු ලැබේ.

කුලලේහි වා ඛජ්ජමානං

උකුස්සන් විසින් හෝ කනු ලැබේ.

සුචානේහි වා ඛජ්ජමානං

සුනඛයන් විසින් හෝ කනු ලැබේ.

සිගාලේහි වා ඛජ්ජමානං

සිවලූන් විසින් හෝ කනු ලැබේ.

විවිධෙහි වා පාණකජානේහි ඛජ්ජමානං.

විවිධ වූ සතුන් විසින් හෝ කනු ලැබේ.

සෝ ඉමමේව කායං උපසංහරති, අයමිපි
බෝ කායෝ

ඒ මහණතෙම මේ මළ සිරුර (තම සිරුර) සමග
සමාන කර බලන්නේ, මේ (මාගේ) සිරුර ද

ඒවං ධම්මෝ ඒවං භාවී
ඒතං අනතීතෝති.

මේ ස්වභාව ඇත්තේ ය. මෙසේ වන සුලු ය.
මේ ස්වභාවය නොයික්මවන ලද්දේය (යනුවෙනි.)

ඉති අජ්ඣත්තං වා කායේ කායානුපස්සී
විහරති,

මෙසේ තමාගේ කයෙහි හෝ කය අනුව බලමින්
වාසය කරයි.

බහිද්ධා වා කායේ කායානුපස්සී
විහරති,

අනුන්ගේ කයෙහි හෝ කය අනුව බලමින් වාසය
කරයි.

අජ්ඣත්තබහිද්ධා වා කායේ කායානුපස්සී
විහරති,

තමාගේ හෝ අනුන්ගේ හෝ කයෙහි කය අනුව
බලමින් වාසය කරයි.

සමුදයධම්මානුපස්සී වා කායස්මිං
විහරති.

කයෙහි උත්පත්ති ස්වභාවය හෝ අනුව බලමින්
වාසය කරයි.

වයධම්මානුපස්සී වා කායස්මිං
විහරති,

කයෙහි විනාශ වන ස්වභාවය හෝ අනුව බලමින්
වාසය කරයි.

සමුදය වයධම්මානුපස්සී වා කායස්මිං
විහරති,

කයෙහි උත්පත්ති ස්වභාවය සහ විනාශ වන
ස්වභාවය හෝ අනුව බලමින් වාසය කරයි.

අඤ්චි කායෝති වා පනස්ස සති
පච්චුපට්ඨිතාහෝති,

ඒ යෝගාවචරයාට කය ඇත්තේය කියා හෝ සිතිය
සිතිය ඵලඹ සිටී.

යාවදේව ඤාණමත්තාය
පතිස්සතිමත්තාය,
අනිස්සිතෝ ව විහරති,

(ඵබදු සිතිය) හුදෙක් නුවණ දියුණු වීම සඳහාද
සිතිය වැඩීම සඳහා ද පවතී.
(ඔහු තණ්හා දිට්ඨි දෙකෙන්) දුරුව වාසය කරයි.

නව කිඤ්චි ලෝකේ උපාදියති.

(ඔහු) ලෝකයෙහි (රූපා දී) කිසිවක් අල්වා නොගනී.

ඵවමිපි බො හික්ඛවේ හික්ඛු
කායේ කායානුපස්සී විහරති.

මහණෙනි මහණතෙම මෙසේද
කයෙහි කය අනුව බලමින් වාසය කරයි.

පුන ව පරං හික්ඛවේ, හික්ඛු සෙය්‍යාථාපි
පස්සෙය්‍ය සරීරං

මහණෙනි නැවත ද මහණතෙම යම්සේ මළසිරුරක්
දකින්නේ ද,

සිවථිකාය ඡඩ්ඪිතං

එය සොහොනෙහි දමන ලද එකකි.

අට්ඨි සංඛලිකං	(එය) ඇටසැකිල්ලක් බවට පත්වූ
සමංසලෝහිතං නහාරුසම්බන්ධං.	ලේ මස් සහිත වූ, නහර වලින් බැඳුනා වූ (මළ සිරුරක් වේ.)
සෝ ඉමමේව කායං උපසංහරති, අයමිපි බෝ කායෝ	ඒ මහණනෙම (තමාගේ) මේ ශරීරය (මළ සිරුර හා) සමාන කර බලයි. මේ මගේ ශරීරය ද,
එවං ධම්මෝ එවං භාවී ඒතං අනතීතෝති.	මේ ස්වභාව ඇත්තේය. මෙසේ වන සූලය. මේ ස්වභාවය නොයික්ම වූයේ වේ. (යනුවෙනි.)
ඉති අජ්ඣත්තං වා කායේ කායානුපස්සී විහරති,	මෙසේ තමාගේ කයෙහි හෝ කය අනුව බලමින් වාසය කරයි.
බහිද්ධා වා කායේ කායානුපස්සී විහරති,	අනුන්ගේ කයෙහි හෝ කය අනුව බලමින් වාසය කරයි.
අජ්ඣත්තබහිද්ධා වා කායේ කායානුපස්සී විහරති,	තමාගේ හෝ අනුන්ගේ හෝ කයෙහි කය අනුව බලමින් වාසය කරයි.
සමුදයධම්මානුපස්සී වා කායස්මිං විහරති,	කයෙහි උත්පත්ති ස්වභාවය හෝ අනුව බලමින් වාසය කරයි.
වයධම්මානුපස්සී වා කායස්මිං විහරති,	කයෙහි විනාශ වන ස්වභාවය හෝ අනුව බලමින් වාසය කරයි.
සමුදයවයධම්මානුපස්සී වා කායස්මිං විහරති,	කයෙහි උත්පත්ති ස්වභාවය සහ විනාශ වන ස්වභාවය හෝ අනුව බලමින් වාසය කරයි.
අකී කායෝති වා පනස්ස සති පච්චපට්ඨිතා හෝති,	ඒ යෝග්‍යාවචරයාව කය ඇත්තේය කියා හෝ සිතිය එළඹ සිටී.
යාවදේව ඤාණමත්තාය, පතිස්සතිමත්තාය	(එබඳු සිතිය) හුදෙක් නුවණ දියුණු වීම සඳහා ද සිතිය වැඩිම සඳහා ද පවතී.
අනිස්සිතෝ ව විහරති,	(ඔහු) තණ්හා දිට්ඨි දෙකෙන්) දුරුව වාසය කරයි.
නව කිඤ්චි ලෝකේ උපාදියති.	(ඔහු) ලෝකයෙහි (රූපා දී) කිසිවක් අල්වා නොගනී.
ඒවමිපි බො හික්ඛවේ හික්ඛු කායේ කායානුපස්සී විහරති.	මහණෙනි මහණනෙම මෙසේ ද කයෙහි කය අනුව බලමින් වාසය කරයි.

පුන ව පරං භික්ඛවේ භික්ඛු සෙය්‍යථාපි
පස්සෙය්‍ය සරීරං.

මහණෙනි නැවතද මහණතෙම මළසිරුරක් යම්සේ
දක්නේ ද

සීවථිකාය ඡඩ්ඪිතං.

එය සොහොනෙහි දමන ලද එකකි.

අට්ඨි සංඛලිකං
නිම්මංසලොභිතමක්ඛිත්තං,
නහාරුසම්බන්ධං.

එය ඇටසැකිල්ලක් බවට පත් වූ,
මස් නැති ලෙයින් වැකුණු,
නහරවලින් බැඳුනේ (වේ.)

සෝ ඉමමේව කායං උපසංහරති අයමිපි
බෝ කායෝ

ඒ මහණතෙමේ තම ශරීරය ද ඒ මළසිරුර හා
මෙසේ සසඳ බලයි. මේ මගේ සිරුර ද

ඒවං ධම්මෝ, ඒවං භාවී,
ඒතං අනතීතෝති.

මෙබඳු ස්වභාව ඇත්තේය, මෙසේ වන සුලුය.
මේ ස්වභාවය නොයික්මවන ලද්දේය (යනුවෙනි.)

ඉති අජ්ඣන්තං වා කායේ කායානුපස්සී
විහරති,

මෙසේ තමාගේ කයෙහි හෝ කය අනුව බලමින්
වාසය කරයි.

බහිද්ධා වා කායේ කායානුපස්සී
විහරති.

අනුන්ගේ කයෙහි හෝ කය අනුව බලමින් වාසය
කරයි.

අජ්ඣන්තබහිද්ධා වා කායේ කායානුපස්සී
විහරති,

තමාගේ හෝ අනුන්ගේ හෝ කයෙහි කය අනුව
බලමින් වාසය කරයි.

සමුදයධම්මානුපස්සී වා කායස්මිං
විහරති,

කයෙහි උත්පත්ති ස්වභාවය හෝ අනුව බලමින්
වාසය කරයි.

වයධම්මානුපස්සී වා කායස්මිං
විහරති,

කයෙහි විනාශ වන ස්වභාවය හෝ අනුව බලමින්
වාසය කරයි.

සමුදය වයධම්මානුපස්සී වා කායස්මිං
විහරති,

කයෙහි උත්පත්ති ස්වභාවය සහ විනාශ වන
ස්වභාවය හෝ අනුව බලමින් වාසය කරයි.

අකුසලායෝ ති වා පනස්ස සති
පච්චුපට්ඨිතා හෝති,

ඒ ශෝභාවටරයාට කය ඇත්තේය කියා හෝ
සිතිය එළඹ සිටී.

යාවදේව ඤාණමත්තාය

(එබඳු සිතිය) හුදෙක් නුවණ දියුණු වීම සඳහා ද

පතිස්සතිමත්තාය,
අනිස්සිනෝ ව විහරති
න ව කිඤ්චි ලෝකේ උපාදියති.

සිතිය වැඩිම සඳහා ද පවතී.
(ඔහු තණ්හා දිට්ඨි දෙකෙන්) දුරුව වාසය කරයි.
(ඔහු) ලෝකයෙහි (රූපා දී) කිසිවක් අල්වා නොගනී.

ඵවම්පි බො හික්ඛවේ හික්ඛු
කායේ කායානුපස්සී විහරති.

මහණෙනි මහණතෙම මෙසේ ද
කයෙහි කය අනුව බලමින් වාසය කරයි.

පුන ව පරං හික්ඛවේ, හික්ඛු සෙය්‍යථාපි
පස්සෙය්‍ය සරීරං.

මහණෙනි නැවත ද මහණතෙම යම්සේ මළ
සිරුරක් දක්නේ ද,

සිව්විකාය ඡඩ්ඞිතං.

එය සොහොනෙහි දමන ලද එකක් වේ.

අට්ඨසංඛලිකං අපගතමංසලෝභිතං
නහාරු සම්බන්ධං.

(එය) ඇටසැකිල්ලක් බවට පත්වූ මස් ලේ
දෙකෙන් පහවූ, නහර වලින් බැඳුනේ (වේ.)

සෝ ඉමමේව කායං උපසංහරති අයම්පි
බෝ කායෝ

ඒ මහණතෙම තම ශරීරය මළසිරුර හා සසඳ
බලයි. මේ මගේ සිරුර ද

ඵවං ධම්මෝ, ඵවං භාවී,
ඵතං අනතීතෝ ති.

මෙබඳු ස්වභාව ඇත්තේය, මෙසේ වන සුදුසු.
මේ ස්වභාවය නොයික්මවන ලද්දේය (යනුවෙනි.)

ඉති අජ්ඣධන්තං වා කායේ කායානුපස්සී
විහරති,

මෙසේ තමාගේ කයෙහි හෝ කය අනුව බලමින්
වාසය කරයි.

බහිද්ධා වා කායේ කායානුපස්සී විහරති

අනුන්ගේ කයෙහි හෝ කය අනුව බලමින් වාසය
කරයි.

අජ්ඣධන්තබහිද්ධා වා කායේ කායානුපස්සී
විහරති,

තමාගේ හෝ අනුන්ගේ හෝ කයෙහි කය අනුව
බලමින් වාසය කරයි.

සමුදයධම්මානුපස්සී වා කායස්මිං
විහරති,

කයෙහි උත්පත්ති ස්වභාවය හෝ අනුව බලමින්
වාසය කරයි.

වයධම්මානුපස්සී වා කායස්මිං
විහරති,

කයෙහි විනාශ වන ස්වභාවය හෝ අනුව බලමින්
වාසය කරයි.

සමුදයවයධම්මානුපස්සී වා කායස්මිං
විහරති,

කයෙහි උත්පත්ති ස්වභාවය සහ විනාශ වන
ස්වභාවය හෝ අනුව බලමින් වාසය කරයි.

අක්ඛිකායෝති වා පනස්ස සති
පච්චුපට්ඨිතා හෝති

ඒ ශෝභාවචරයාට කය ඇත්තේය කියා හෝ
සිහිය එළඹ සිටී.

යාවදේව ඤාණමත්තාය
පතිස්සති මත්තාය
අනිස්සිතෝ ව විහරති,
නව කිඤ්චි ලෝකේ උපාදියති.

(එබඳු සිහිය) හුදෙක් නුවණ දියුණු වීම සඳහා ද
සිහිය වැඩීම සඳහා ද පවතී.
(ඔහු තණ්හා දිට්ඨි දෙකෙන්) දුරුව වාසය කරයි.
(ඔහු) ලෝකයෙහි (රූපා දී) කිසිවක් අල්වා නොගනී.

ඵවම්පි බො හික්ඛවේ හික්ඛු කායේ
කායානුපස්සී විහරති.

මහණෙනි මහණතෙම මෙසේ ද කයෙහි කය අනුව
බලමින් වාසය කරයි.

සුත ව පරං හික්ඛවේ හික්ඛු සෙය්‍යථාපි
පස්සෙය්‍ය සරීරං

මහණෙනි නැවත ද මහණතෙම යම්සේ මළසිරුරක්
දකින්නේ ද

සිව්විකාය ඡඩ්ඞිතං
අට්ඨිකානි
අපගත නහාරු සම්බන්ධානි

එය සොහොනෙහි දමන ලද එකක් වේ.
එය ඇට ගොඩක් බවට පත් වූ,
පහවු නහර බැඳුම් ඇති.

දිසාවිදිසාසු වික්ඛිත්තානි

දිසා අනු දිසාවන් හි විහිදුණා වූ ඇට ඇති (මළ
සිරුරක් වේ.)

අඤ්ඤෙන හත්ථිධිකං,
අඤ්ඤෙන පාද්ථිධිකං,

(එහි) අත් ඇට එක දිසාවකය.
පා ඇට එක දිසාවක ය.

අඤ්ඤෙන ජංසුධිධිකං,
අඤ්ඤෙන උග්‍රධිධිකං,

කෙණ්ඩා ඇට එක දිසාවකය.
කලවා ඇට එක දිසාවකය.

අඤ්ඤෙන කට්ඨිධිකං,
අඤ්ඤෙන පිට්ඨිකණ්ටකට්ඨිකං,

උකුල් ඇට එක දිසාවකය.
පිට කටු ඇට එක දිසාවකය.

අඤ්ඤෙන ථාසුකට්ඨිකං
අඤ්ඤෙන උරධිධිකං

ඉල ඇට එක දිසාවකය.
පත්‍ර ඇට එක දිසාවකය.

අඤ්ඤෙන බාහුධිධිකං
අඤ්ඤෙන අංසුධිධිකං

බාහු ඇට එක දිසාවකය.
උරහිස් ඇට එක දිසාවකය.

අඤ්ඤෙන ගිව්ඨිධිකං
අඤ්ඤෙන හනුධිධිකං

උගුරු ඇට එක දිසාවකය.
හකු ඇට එක දිසාවකය.

අඤ්ඤෙන දන්තධිධිකං
අඤ්ඤෙන සිසකථාහං.

දත් එක දිසාවක ය.
හිස් කබල එක දිසාවකය.

සෝ ඉමමේව කායං උපසංහරති අයම්පි
බෝ කායෝ

ඒ මහණතෙමේ තම ශරීරය ද ඒ මළසිරුර හා
මෙසේ සසඳ බලයි. මහේ සිරුර ද

එවං ධම්මෝ එවං භාවී
ඒතං අනතීතෝති.

මෙබඳු ස්වභාව ඇත්තේය. මෙසේ වන සුදුසු.
මේ ස්වභාවය නොගික්මන ලද්දේය (යනුවෙනි.)

ඉති අජ්ඣත්තං වා කායේ කායානුපස්සී
විහරති,

මෙසේ තමාගේ කයෙහි හෝ කය අනුව බලමින්
වාසය කරයි.

බහිද්ධා වා කායේ කායානුපස්සී
විහරති

අනුන්ගේ කයෙහි හෝ කය අනුව බලමින් වාසය
කරයි.

අජ්ඣත්තබහිද්ධා වා කායේ කායානුපස්සී
විහරති,

තමාගේ හෝ අනුන්ගේ හෝ කයෙහි කය අනුව
බලමින් වාසය කරයි.

සමුදයධම්මානුපස්සී වා කායස්මිං
විහරති,

කයෙහි උත්පත්ති ස්වභාවය හෝ අනුව බලමින්
වාසය කරයි.

වයධම්මානුපස්සී වා කායස්මිං
විහරති.

කයෙහි විනාශ වන ස්වභාවය හෝ අනුව බලමින්
වාසය කරයි.

සමුදයවයධම්මානුපස්සී වා කායස්මිං
විහරති,

කයෙහි උත්පත්ති ස්වභාවය සහ විනාශ වන
ස්වභාවය හෝ අනුව බලමින් වාසය කරයි.

අඤ්ඤායෝති වා පනස්ස සති
පච්චුපට්ඨිතා හෝති

ඒ යෝගාවචරයාට කය ඇත්තේය කියා හෝ
සිතිය එළඹ සිටී.

යාවදේව ඤාණමත්තාය
පතිස්සතිමත්තාය,
අනිස්සිතෝ ව විහරති,
නච කිඤ්චි ලෝකේ උපාදියති.

(එබඳු සිතිය) හුදෙක් නුවණ දියුණු වීම සඳහා ද
සිතිය වැඩිම සඳහා ද පවතී.
(ඔහු තණ්හා දිට්ඨි දෙකෙන්) දුරුව වාසය කරයි.
(ඔහු) ලෝකයෙහි (රූපා දී) කිසිවක් අල්වා නොගනී.

ඒවම්පි බො හික්ඛවේ හික්ඛු
කායේ කායානුපස්සී විහරති.

මහණෙනි, මහණතෙම මෙසේ ද
කයෙහි කය අනුව බලමින් වාසය කරයි.

පුන ච පරං හික්ඛවේ හික්ඛු සෙය්‍යථාපි
පස්සෙය්‍යා සරීරං

මහණෙනි නැවත ද මහණ තෙම යම්සේ මළ
සිරුරක් දකින්නේ ද,

සීවථිකාය ඡඩ්ඞිතං

එය සොහොනෙහි දමන ලද එකක් වේ.

අට්ඨිකානි සේනානි
සංඛවණ්ණපනිභානි,

ඇට ගොඩක් බවට පත් වූ (එය) හක් ගෙඩියක්
සෙසින් සුදු පැහැයෙන් යුක්ත වේ.

සෝ ඉමමේව කායං උපසංහරති අයම්පි
බෝ කායෝ

ඒ මහණනෙමේ තම ශරීරය ද ඒ මළ සිරුර හා
මෙසේ සසඳ බලයි. මගේ සිරුර ද

ඒවං ධම්මෝ, ඒවං භාවී,
ඒතං අනතීතෝති.

මෙබඳු ස්වභාව ඇත්තේය. මෙසේ වන සුලුය.
මේ ස්වභාවය නොයික්මන ලද්දේය (යනුවෙනි.)

ඉති අජ්ඣන්තං වා කායේ කායානුපස්සී
විහරති,

මෙසේ තමාගේ කයෙහි හෝ කය අනුව බලමින්
වාසය කරයි.

බහිද්ධා වා කායේ කායානුපස්සී
විහරති

අනුන්ගේ කයෙහි හෝ කය අනුව බලමින් වාසය
කරයි.

අජ්ඣන්තබහිද්ධා වා කායේ
කායානුපස්සී විහරති,

තමාගේ හෝ අනුන්ගේ හෝ කයෙහි කය අනුව
බලමින් වාසය කරයි.

සමුදයධම්මානුපස්සී වා කායස්මිං
විහරති,

කයෙහි උත්පත්ති ස්වභාවය හෝ අනුව බලමින්
වාසය කරයි.

වයධම්මානුපස්සී වා කායස්මිං
විහරති.

කයෙහි විනාශ වන ස්වභාවය හෝ අනුව බලමින්
වාසය කරයි.

සමුදයවයධම්මානුපස්සී වා කායස්මිං
විහරති,

කයෙහි උත්පත්ති ස්වභාවය සහ විනාශ වන
ස්වභාවය හෝ අනුව බලමින් වාසය කරයි.

අකථිකායෝති වා පනස්ස සති
පච්චුපට්ඨිතා හෝති

ඒ යෝගාවචරයාට කය ඇත්තේය කියා හෝ
සිහිය එළඹ සිටී.

යාවදේව ඤාණමත්තාය
පතිස්සතිමත්තාය,

(එබඳු සිහිය) හුදෙක් නුවණ දියුණු වීම සඳහා ද
සිහිය වැඩිම සඳහා ද පවතී.

අනිස්සිතෝ ව විහරති,
නව කිඤ්චි ලෝකේ උපාදියති.

(ඔහු තණ්හා දිට්ඨි දෙකෙන්) දුරුව වාසය කරයි.
(ඔහු) ලෝකයෙහි (රූපා දී) කිසිවක් අල්වා නොගනී.

ඒවම්පි බො හික්ඛවේ හික්ඛු
කායේ කායානුපස්සී විහරති.

මහණෙනි මහණතෙම මෙසේ ද
කයෙහි කය අනුව බලමින් වාසය කරයි.

පුන ව පරං හික්ඛවේ හික්ඛු සෙය්‍යථාපි
පස්සෙය්‍ය සරීරං

මහණෙනි නැවත ද මහණතෙම යම්සේ මළ
සිරුරක් දකින්නේ ද,

සිවථිකාය ඡඩ්ඞිතං

එය සොහොනෙහි දමන ලද එකක් වේ.



අට්ඨකානි පුඤ්ජකිතානි තේරෝවස්සිකානි,	ඇට ගොඩක් බවට පත් වූ (එය) ගොඩ ගැසුණු ඇට ඇති අවුරුදු ගණනක් පැරණි වූ (මළ සිරුරක් වේ.)
සෝ ඉමමේව කායං උපසංහරති අයමපි බෝ කායෝ	ඒ මහණනෙමේ තම ශරීරය ද ඒ මළසිරුර හා මෙසේ සසඳ බලයි.
ඒවං ධම්මෝ ඒවං භාවී ඒතං අනතීතෝ ති.	මගේ සිරුර ද මෙබඳු ස්වභාව ඇත්තේය. මෙසේ වන සුළුය. මේ ස්වභාවය නොයික්වෙන ලද්දේය (යනුවෙනි.)
ඉති අජ්ඣන්තං වා කායේ කායානුපස්සී විහරති,	මෙසේ තමාගේ කයෙහි හෝ කය අනුව බලමින් වාසය කරයි.
බහිද්ධා වා කායේ කායානුපස්සී විහරති	අනුන්ගේ කයෙහි හෝ කය අනුව බලමින් වාසය කරයි.
අජ්ඣන්තබ්‍රහ්මා වා කායේ කායානුපස්සී විහරති,	තමාගේ හෝ අනුන්ගේ හෝ කයෙහි කය අනුව බලමින් වාසය කරයි.
සමුදයධම්මානුපස්සී වා කායස්මිං විහරති,	කයෙහි උත්පත්ති ස්වභාවය හෝ අනුව බලමින් වාසය කරයි.
වයධම්මානුපස්සී වා කායස්මිං විහරති,	කයෙහි විනාශ වන ස්වභාවය හෝ අනුව බලමින් වාසය කරයි.
සමුදයවයධම්මානුපස්සී වා කායස්මිං විහරති,	කයෙහි උත්පත්ති ස්වභාවය සහ විනාශ වන ස්වභාවය හෝ අනුව බලමින් වාසය කරයි.
අඤ්ඤායෝති වා පනස්ස සති පච්චුපට්ඨිතා හෝති	ඒ යෝගාවචරයාට කය ඇත්තේය කියා හෝ සිතිය එළඹ සිටී.
යාවදේව ඤාණමත්තාය පතිස්සති මත්තාය අනිස්සිතෝ ව විහරති,	(එබඳු සිතිය) හුදෙක් නුවණ දියුණු වීම සඳහා ද සිතිය වැඩීම සඳහා ද පවතී. (ඔහු තණ්හා දීටිඨි දෙකෙන්) දුරුව වාසය කරයි.
නව කිඤ්චි ලෝකේ උපාදියති.	(ඔහු) ලෝකයෙහි (රූපා දී) කිසිවක් අල්වා නොගනී.
ඒවමපි බො හික්ඛවේ හික්ඛු කායේ කායානුපස්සී විහරති.	මහණෙනි මහණතෙම මෙසේද කයෙහි කය අනුව බලමින් වාසය කරයි.



පුන ච පරං හික්ඛවේ හික්ඛු සෙය්‍යාථාපි පස්සෙය්‍යා සරීරං.

මහණෙනි නැවතද මහණතෙම යම්සේ මළ සිරුරක් දකින්නේ ද,

සිවථිකාය ඡඩ්ඪිතං.

එය සොහොනෙහි දමන ලද එකක් වේ.

අට්ඨිකානි
පුතීනි වුණ්ණක ජාතානි,

(එහි) ඇට
කුණු වී ගොස් කුඩු බවට පත් වූයේ වේ.

සෝ ඉමමේව කායං උපසංහරති අයමපි බෝ කායෝ

ඒ මහණතෙමේ තම ශරීරය ද ඒ මළසිරුර හා මෙසේ සසඳ බලයි.

ඒවං ධම්මෝ ඒවං භාවී
ඒතං අනතීතෝ ති.

මහේ සිරුරද මෙබඳු ස්වභාව ඇත්තේය. මෙසේ වන සුලභ. මේ ස්වභාවය නොගික්මවන ලද්දේය (යනුවෙනි.)

ඉති අජ්ඣත්තං වා කායේ කායානුපස්සී විහරති,

මෙසේ තමාගේ කයෙහි හෝ කය අනුව බලමින් වාසය කරයි.

බහිද්ධා වා කායේ කායානුපස්සී විහරති

අනුන්ගේ කයෙහි හෝ කය අනුව බලමින් වාසය කරයි.

අජ්ඣත්තබහිද්ධා වා කායේ කායානුපස්සී විහරති,

තමාගේ හෝ අනුන්ගේ හෝ කයෙහි කය අනුව බලමින් වාසය කරයි.

සමුදයධම්මානුපස්සී වා කායස්මිං විහරති,

කයෙහි උත්පත්ති ස්වභාවය හෝ අනුව බලමින් වාසය කරයි.

වයධම්මානුපස්සී වා කායස්මිං විහරති.

කයෙහි විනාශ වන ස්වභාවය හෝ අනුව බලමින් වාසය කරයි.

සමුදයවයධම්මානුපස්සී වා කායස්මිං විහරති,

කයෙහි උත්පත්ති ස්වභාවය සහ විනාශ වන ස්වභාවය හෝ අනුව බලමින් වාසය කරයි.

අත්ථිකායෝති වා පනස්ස සති පච්චුපට්ඨිතා හෝති

ඒ යෝග්‍යාවචරයාට කය ඇත්තේය කියා හෝ සිතිය එළඹ සිටී.

යාවදේව ඤාණමත්තාය
පතිස්සතිමත්තාය,
අනිස්සිතෝ ච විහරති,
නච කිඤ්චි ලෝකේ උපාදියති.

(එබඳු සිතිය) හුදෙක් නුවණ දියුණු වීම සඳහා ද සිතිය වැඩීම සඳහා ද පවතී.
(ඔහු තණ්හා දිට්ඨි දෙකෙන්) දුරුව වාසය කරයි.
(ඔහු) ලෝකයෙහි (රූපා දී) කිසිවක් අල්වා නොගනී.

ඒවමපි බො හික්ඛවේ හික්ඛු කායේ කායානුපස්සී විහරති.

මහණෙනි මහණතෙම මෙසේ ද කයෙහි කය අනුව බලමින් වාසය කරයි.



කථංඤ්ච හික්ඛවේ හික්ඛු වේදනාසු
වේදනානුපස්සී විහරති?

මහණෙනි මහණතෙම (සැප ආදී) වේදනාවන්
කෙරෙහි වේදනාවන් අනුව බලන සුලුව කෙසේ නම්
වාසය කෙරේ ද?

ඉධ හික්ඛවේ හික්ඛු

මහණෙනි මේ සසුනෙහි හික්කු තෙම

සුඛං වේදනං වේදියමානෝ 'සුඛං වේදනං
වේදියාමී'ති පජානාති,

සැප වේදනාවක් විඳින විට මම සැප වේදනාවක්
විඳිමියි දැනගනි.

දුක්ඛං වේදනං වේදියමානෝ
දුක්ඛං වේදනං වේදියාමී'ති පජානාති,

දුක් වේදනාවක් විඳින විට
දුක් වේදනාවක් විඳිමියි දැනගනි.

අදුක්ඛමසුඛං වේදනං වේදියමානෝ
අදුක්ඛමසුඛං වේදනං වේදියාමී'ති පජානාති,

දුකත් සැපත් නොවන වේදනාවක් විඳින විට, මම
මැදහත් වේදනාවක් විඳිමියි දැනගනි.

සාමීපං වා සුඛං වේදනං වේදියමානෝ
'සාමීපං සුඛං වේදනං වේදියාමී'ති පජානාති,

පස්කම් පිළිබඳ සැප වේදනාවක් විඳින විට, පස්කම්
පිළිබඳ සැප වේදනාවක් විඳිමියි දැනගනි.

නිරාමීපං වා සුඛං වේදනං වේදියමානෝ

පස් කම් සුවයෙන් ඉවත් වීම පිළිබඳව වේදනාවක්
විඳින විට

'නිරාමීපං සුඛං වේදනං වේදියාමී'ති
පජානාති,

පස්කම් සැපයෙන් ඉවත් වීම පිළිබඳව වේදනාවක්
විඳිමියි දැනගනි.

සාමීපං වා දුක්ඛං වේදනං
වේදියමානෝ

පස්කම් පිළිබඳ දුක් වේදනාවක්
විඳිනවිට

සාමීපං දුක්ඛං වේදනං වේදියාමී'ති
පජානාති,

පස්කම් පිළිබඳව දුක් වේදනාවක් විඳිමියි
දැනගනි.

නිරාමීපං වා දුක්ඛං වේදනං වේදියමානෝ

පස්කම් සැපයෙන් ඉවත් වීම පිළිබඳව දුක්
වේදනාවක් විඳින විට

'නිරාමීපං දුක්ඛං වේදනං වේදියාමී'ති
පජානාති,

පස්කම් සැපයෙන් ඉවත් වීම පිළිබඳව දුක්
වේදනාවක් විඳිමියි දැනගනි

සාමීසං වා අදුක්ඛමසුඛං වේදනං
වේදියමානෝ 'සාමීසං අදුක්ඛමසුඛං
වේදනං වේදියාමී'ති පජානාති,

පස්කම් පිළිබඳ මැදහත් වේදනාවක් විදින විට
පස්කම් පිළිබඳ මැදහත් වේදනාවක් විදිමිසි
උනගනී.

නිරාමීසං වා අදුක්ඛමසුඛං වේදනං
වේදියමානෝ 'නිරාමීසං අදුක්ඛමසුඛං
වේදනං වේදියාමී'ති පජානාති.

පස්කම් සැපයෙන් ඉවත්වීම පිළිබඳව මැදහත්
වේදනාවක් විදින විට පස්කම් සැපයෙන් ඉවත්වීම
පිළිබඳ මැදහත් වේදනාවක් විදිමිසි උනගනී.

ඉති අජ්ඣන්තං වා වේදනාසු වේදනානුපස්සී
විහරති,

මෙසේ තමා පිළිබඳ වේදනාවන් කෙරෙහි හෝ
වේදනාවන් අනුව බලමින් වාසය කරයි.

බහිද්ධා වා වේදනාසු වේදනානුපස්සී
විහරති,

අනුත් පිළිබඳ වේදනාවන් කෙරෙහි හෝ වේදනාවන්
අනුව බලමින් වාසය කරයි.

අජ්ඣන්තබහිද්ධා වා වේදනාසු
වේදනානුපස්සී විහරති,

තමා හෝ අනුත් පිළිබඳ වේදනාවන් කෙරෙහි හෝ
වේදනාවන් අනුව බලමින් වාසය කරයි.

සමුදය ධම්මානුපස්සී වා වේදනාසු විහරති,

වේදනා පිළිබඳ උත්පත්ති ස්වභාවය හෝ අනුව
දකිමින් හෝ වාසය කරයි.

වයධම්මානුපස්සී වා වේදනාසු විහරති,

වේදනාවන් කෙරෙහි විනාශවන ස්වභාවය හෝ
බලමින් වාසය කරයි.

සමුදය වයධම්මානුපස්සී වා වේදනාසු
විහරති,

වේදනාවන් කෙරෙහි උත්පත්ති සහ විනාශ වන
ස්වභාවය මෙනෙහි කරමින් වාසය කරයි.

අඤ්චී වේදනාති වා පනස්ස
සති පච්චුපට්ඨිතා හෝති

වේදනාව ඇත්තේය කියා හෝ ඔහුට
සිහිය එළඹ සිටියි.

යාවදේව ඤාණමත්තාය

(ඒ සිහිය) හුදෙක් නුවණ දියුණු වීම සඳහා ද

පතිස්සතිමත්තාය,
අනිස්සිකෝ ව විහරති,
නව කිඤ්චි ලෝකේ උපාදියති.

සිහිය වැඩිවීම සඳහා ද (පවති.) ඒ මහණතෙම
තණ්හා දිට්ඨි වලින් දුරුව වාසය කරයි. (ඔහු) සත්ව
ලෝකයෙහි (රූපාදී) කිසිවක් අල්වා නොගනී.

ඒවං බෝ හික්ඛවේ හික්ඛු

මහණෙනි, මෙසේ මහණතෙම

වේදනාසු වේදනානුපස්සී
විහරති.

වේදනාවන් හි වේදනාවන් අනුව බලමින් වාසය
කරයි.

චිත්තානුපස්සනා

කථංඤ්ච හික්ඛවේ හික්ඛු
චිත්තේ චිත්තානුපස්සී විහරති?

මහණෙනි මහණතෙම-කෙසේනම්,
සිතෙහි සිත අනුව බලමින් වාසය කෙරේ ද ?

ඉධ හික්ඛවේ හික්ඛු

මහණෙනි මේ සසුනෙහි මහණතෙම

සරාගං වා චිත්තං සරාගං චිත්තන්ති
පජානාති, චිතරාගං වා චිත්තං චිතරාගං
චිත්තන්ති පජානාති,

රාග සහගත සිත හෝ රාග සහගත සිත යයි
දැනගනී. පහවූ රාග ඇති සිත හෝ පහවූ රාග ඇති
සිත යැයි දැනගනී.

සදෝසං වා චිත්තං සදෝසං චිත්තන්ති
පජානාති, චිතදෝසං වා චිත්තං චිතදෝසං
චිත්තන්ති පජානාති,

ද්වේශ සහගත සිත හෝ ද්වේශ සහගත සිත යයි
දැනගනී. ද්වේශ රහිත සිත හෝ ද්වේශ රහිත සිත
යයි දැනගනී.

සමෝහං වා චිත්තං සමෝහං චිත්තන්ති
පජානාති, චිතමෝහං වා චිත්තං චිතමෝහං
චිත්තන්ති පජානාති,

මෝහ සහගත සිත හෝ මෝහ සහගත සිත යයි
දැනගනී. මෝහ රහිත සිත හෝ මෝහ රහිත සිත
යයි දැනගනී.

සංඛිත්තං වා චිත්තං සංඛිත්තං චිත්තන්ති
පජානාති, වික්ඛිත්තං වා චිත්තං
වික්ඛිත්තං චිත්තන්ති පජානාති,

හැකුලුණා වූ සිත හෝ හැකුලුණා වූ සිත යයි
දැනගනී. විසිර පවත්නා සිත හෝ විසිර පවත්නා
සිත යයි දැනගනී.

මහග්ගතං වා චිත්තං මහග්ගතං
චිත්තන්ති පජානාති, අමහග්ගතං වා
චිත්තං අමහග්ගතං චිත්තන්ති පජානාති,

මහත්ඛට්ට ගියා වූ සිත හෝ මහත්ඛට්ට ගියා වූ
සිත යැයි දැනගනී. මහත්ඛට්ට නොගියා වූ සිත
හෝ මහත්ඛට්ට නොගියා වූ සිත යැයි දැනගනී.

සඋත්තරං වා චිත්තං සඋත්තරං චිත්තන්ති
පජානාති,

උතුරු සහිත සිත (කාමාවචර සිත) හෝ උතුරු
සහිත සිත යැයි දැනගනී.

අනුත්තරං වා චිත්තං අනුත්තරං චිත්තන්ති
පජානාති,

අනුත්තර වූ සිත හෝ (රූපාවචර, අරූපාවචර
සිත) අනුත්තර සිත යැයි දැනගනී.

සමාහිතං වා චිත්තං සමාහිතං චිත්තන්ති
පජානාති,

එකගවූ සිත හෝ එකගවූ සිත යැයි දැනගනී.

අසමාහිතං වා චිත්තං අසමාහිතං චිත්තන්ති
පජානාති,

එකග නොවූ සිත හෝ එකග නොවූ සිත යැයි
දැනගනී.

විමුක්තං වා විත්තං විමුක්තං විත්තන්ති
පජානාති, අවිමුක්තං වා විත්තං අවිමුක්තං
විත්තන්ති පජානාති.

මිදුණු සිත හෝ මිදුණු සිත යයි දැනගනී.
නොමිදුණු සිත හෝ නොමිදුණු සිත යයි දැනගනී.

ඉති අජ්ඣන්තං වා විත්තේ විත්තානුපස්සී
විහරති,

මෙසේ තමා පිළිබඳ වූ සිතෙහි හෝ සිත අනුව
බලමින් වාසය කරයි.

බහිද්ධා වා විත්තේ විත්තානුපස්සී
විහරති,

අනුන් පිළිබඳවූ සිතෙහි හෝ සිත අනුව බලමින්
වාසය කරයි.

අජ්ඣන්තබහිද්ධා වා විත්තේ විත්තානුපස්සී
විහරති,

තමා හා අනුන් පිළිබඳ වූ සිතෙහි හෝ සිත අනුව
බලමින් වාසය කරයි.

සමුදයධම්මානුපස්සී වා විත්තස්මිං
විහරති,

සිතෙහි උත්පත්තිය අනුව බලමින් හෝ වාසය
කරයි.

වයධම්මානුපස්සී වා විත්තස්මිං විහරති,

සිතෙහි විනාශය අනුව බලමින් හෝ වාසය කරයි.

සමුදයවයධම්මානුපස්සී වා විත්තස්මිං
විහරති.

සිතෙහි උත්පත්තිය හා විනාශය අනුව බලමින් හෝ
වාසය කරයි.

අත්ථි විත්තන්ති වා පනස්ස සති
පච්චුපට්ඨිතා හෝති,

ඒ මහණ සිත ඇත්තේය කියා හෝ සිතිය
පිහිටුවන ලදී.

යාවදේව ඤාණමත්තාය
පතිස්සතිමත්තාය,
අනිස්සිතෝ ව විහරති.

(එම සිතිය) හුදෙක් නුවණ දියුණු කිරීම පිණිස ද,
සිතිය වැඩීම පිණිස ද (පවති)
ඔහු තණ්හා දිට්ඨි දෙකෙන් දුරුවා වාසය කරයි.

නව කිඤ්චි ලෝකේ උපාදියති.

(ඔහු) සත්ව ලෝකයෙහි (රූපා දී) කිසිවක් (ආත්ම
ආදී වශයෙන්) අල්වා නොගනී.

ඒං බො හික්ඛවෙ හික්ඛු විත්තේ
විත්තානුපස්සී විහරති.

මහණෙනි, මහණතෙමේ මෙසේ සිතෙහි සිත අනුව
බලමින් වාසය කරයි.





පඤ්ච නිවරණා ධර්ම

කප්ඤ්ච හික්ඛවෙ හික්ඛු ධම්මෙසු
ධම්මානුපස්සී විහරති?

මහණෙනි, මහණතෙමේ කෙසේනම් නිවරණාදී
ධර්මයන් කෙරෙහි ධර්මයන් අනුව බලමින් වාසය
කරන්නේ ද?

ඉධ හික්ඛවෙ හික්ඛු ධම්මෙසු ධම්මානුපස්සී
විහරති පඤ්චසු නිවරණෙසු.

මහණෙනි මේ සසුනෙහි මහණතෙම පඤ්ච නිවරණා
ධර්මයන් කෙරෙහි ධර්මයන් අනුව බලමින් වාසය
කරයි.

කප්ඤ්ච හික්ඛවෙ හික්ඛු ධම්මෙසු
ධම්මානුපස්සී විහරති
පඤ්චසු නිවරණෙසු?

මහණෙනි, මහණතෙම පඤ්ච නිවරණා ධර්මයන්
කෙරෙහි එම නිවරණා ධර්මයන් අනුව බලමින්
වාසය කෙරේ ද?

ඉධ හික්ඛවෙ හික්ඛු

මහණෙනි, මේ සසුනෙහි මහණතෙම,

සන්තං වා අජ්ඣධත්තං කාමච්ඡන්දං
අඤ්චි මේ අජ්ඣධත්තං කාමච්ඡන්දෙති
පජානාති, අසන්තං වා අජ්ඣධත්තං
කාමච්ඡන්දං නඤ්චි මේ අජ්ඣධත්තං
කාමච්ඡන්දෙති පජානාති,

තමා තුළ ඇත්තා වූ හෝ කාමච්ඡන්දය (කම්සැප
රැවිය) මා තුළ කාමච්ඡන්දය ඇතැයි දැනගනී.
තමා තුළ නොමැත්තා වූ හෝ කාමච්ඡන්දය මා තුළ
කාමච්ඡන්දය නැතැයි දැනගනී.

යථා ව අනුප්පන්නස්ස කාමච්ඡන්දස්ස
උප්පාදෝ හෝති, තඤ්ච පජානාති,

යම් හෙයකින් නූපන්නාවූ කාමච්ඡන්දය උපදිනම්
එ බවද දැනගනී.

යථා ව උප්පන්නස්ස කාමච්ඡන්දස්ස පහානං
හෝති තඤ්ච පජානාති,

යම් හෙයකින් උපන්නාවූ කාමච්ඡන්දයෙහි ප්‍රභාණය
(මුලුමනින් නැතිකිරීම) වේ නම් එ බවද දැනගනී.

යථා ව පභිනස්ස කාමච්ඡන්දස්ස ආයනිං
අනුප්පාදෝ හෝති තඤ්ච පජානාති.

යම් සේ ප්‍රභිණ වූ හෝ කාමච්ඡන්දය මත්තෙහි නූපදී
නම් එ බවද දැනගනී.

සන්තං වා අජ්ඣධත්තං ව්‍යාපාදං
අඤ්චි මේ අජ්ඣධත්තං ව්‍යාපාදෙති පජානාති,

තමා තුළ ඇත්තාවූ ව්‍යාපාද නිවරණය මා තුළ
ඇතැයි දැනගනී.

අසන්තං වා අජ්ඣධත්තං ව්‍යාපාදං නඤ්චි
මේ අජ්ඣධත්තං ව්‍යාපාදෙති පජානාති,

තමා තුළ නැත්තාවූ හෝ ව්‍යාපාදය මා තුළ
ව්‍යාපාදය නැතැයි දැනගනී.

යථා ච අනුප්පන්නස්ස ව්‍යාපාදස්ස
උප්පාදෙ හෝති තඤ්ච පජානාති,

ගම්පේ නූතන විද්‍යාපාඨශාලාවේ ඉපදීමක් සිදුවේ නම් ඒ බව දැනගනී.

යථා ච උප්පන්නස්ස ව්‍යාපාදස්ස
පනාණං හෝති තඤ්ච පරානාති,

ශ්‍රීමත් උපන් වහන්සේගේ ප්‍රභාශය වේ නම් එයද ඇතැයි.

යථා ච පභිණ්ඩස්ස ව්‍යාපාදස්ස
ආයතිං අනුප්පාදෙ හෝති තඤ්ච පථානාති.

යම්සේ ප්‍රතිඥා වූ ව්‍යාපෘතියෙහි මතු නුපදිමක්
වේ නම් ඒ බවද දැනගනී,

සත්තං වා අඤ්ඤාත්තං ටීනමිද්ධං අසී
මෙ අඤ්ඤාත්තං ටීනමිද්ධන්ති පජානාති,

තමා තුළ චිත්තද්වය නිවරණය (චිත්ත
වෛතසික ද්වලෙච) ඇතිවීම මා තුළ
චිත්තද්වය ඇතැයි දැනගනි.

අපන්නං වා අජ්ඣත්තං ටීනමිද්ධං නඤ්ඤි
මෙ අජ්ඣත්තං ටීනමිද්ධන්ති පජානාති,

තමා තුළ විනම්ද්ධය නැතිවීම මා තුළ
විනම්ද්ධය නැතැයි දැනගනී.

යථා ච අනුප්පත්තස්ස ටීනමිද්ධස්ස
උප්පාදෙ හොති තඤ්ච පජානාති,

යම්සේ නූතන විනම්ද්ධයෙහි ඉපදීම සිදුවේ නම් ඒ බවද ඇතහැකි.

යථා ච උප්පන්නස්ස ටීනමිද්ධස්ස
පභානං හොති තඤ්ච පජානාති,

යම්සේ උපන් විනම්ද්ධයෙහි ප්‍රභාශ්‍රාය වේ
නම් එයද ඇතහති.

යථා ච පරිනස්ස ථිතමිද්ධස්ස ආයතිං
අනුප්පාදෙ හෝති තඤ්ච පචානාති.

යම්සේ ප්‍රතිඥා වූ ටීනම්ද්ධය මත්තෙහි නූපදී
නම් ඒ බවද දැන ගනී.

සන්න: වා අර්ථකතන: උද්ධව්වකුක්කුච්චං
අඤ්ඤ මෙ අර්ථකතන:
උද්ධව්වකුක්කුච්චන්ති පජානාති,

තමා තුළ උද්ධව්ව කුක්කුච්චය (සිතේ නොයන්සුන් බව හා වීචිලිසර බව) ඇති කල්හි මා තුළ උද්ධව්ව කුක්කුච්චය ඇතැයි දැනගනී.

අසන්න. ටා අජ්ඣන්ත. උද්ධව්වකුක්කුච්ච.
නඤ්ඤි මෙ අජ්ඣන්ත.
උද්ධව්වකුක්කුච්චන්ති පජානාති,

තමා තුළ උද්ධව්ව කුක්කුච්චය නැති කලේ මා
තුළ උද්ධව්ව කුක්කුච්චය නැතැයි දැනගනි.

යථා ව අනුප්පන්නස්ස උද්ධවිව-
කුක්කුච්චස්ස උප්පාදේ හෝති තක්ඛ
පජානාති,

යම්සේ නූපන් උද්ධව්ව කුක්කුච්චයෙහි
ඉපදීමක් වේ නම් එය ද දැනගනී.

යථා ච උප්පන්නස්ස උද්ධච්චකුක්කුච්චස්ස
පහාණං හෝති තඤ්ච පජානාති,

යම්සේ උපන් උද්ධව්ව කුක්කුච්චයෙහි
හෝ ප්‍රභාශාය වේ නම් එයද ඇතහති.

යථා ව පභිණස්ස උද්ධච්චකුක්කුච්චස්ස
ආයතිං, අනුප්පාදෝ හෝති තඤ්ච පජානාති.

යම්සේ ප්‍රභිණා වූ උද්ධච්ච කුක්කුච්චයෙහි හෝ
මත්තෙහි නුපදීම වේ නම් එයද දැනගනී.

සන්තං වා අජ්ඣධන්තං විචිකිච්ඡං අඤ්චි
මේ අජ්ඣධන්තං විචිකිච්ඡාති පජානාති.

තමා තුළ විචිකිච්ඡාව (සැකය) ඇතිකළහි හෝ මා
තුළ විචිකිච්ඡාව ඇතැයි දැනගනී.

අසන්තං වා අජ්ඣධන්තං විචිකිච්ඡං
නඤ්ච මේ අජ්ඣධන්තං විචිකිච්ඡාති පජානාති.

තමා තුළ විචිකිච්ඡාව (සැකය) නැතිකළහි හෝ මා
විචිකිච්ඡාව නැතැයි දැනගනී.

යථා ව අනුප්පත්තාය විචිකිච්ඡාය
උප්පාදෝ හෝති තඤ්ච පජානාති.

යම්සේ නූපත් විචිකිච්ඡාවෙහි ඉපදීමක් වේ නම්
එයද දැනගනී.

යථා ව උප්පත්තාය විචිකිච්ඡාය
පහානං හෝති, තඤ්ච පජානාති,

යම්සේ උපත් විචිකිච්ඡාවෙහි ප්‍රභාණය සිදුවේ නම්
ඒ බවද දැනගනී.

යථා ව පභිනාය විචිකිච්ඡාය ආයතිං
අනුප්පාදෝ හෝති තඤ්ච පජානාති.

යම්සේ ප්‍රභිණා වූ විචිකිච්ඡාවෙහි මතු නුපදීමක් වේ
නම් එයද දැනගනී.

ඉති අජ්ඣධන්තං වා ධම්මේසු
ධම්මානුපස්සී විහරති,

මෙසේ තමා තුළ ඇති ධර්මයන් කෙරෙහි හෝ
ධර්මයන් අනුව බලමින් වාසය කරයි.

බහිද්ධා වා ධම්මේසු ධම්මානුපස්සී විහරති,

බාහිර වූ ධර්මයන් කෙරෙහි හෝ ධර්මයන් අනුව
බලමින් වාසය කරයි.

අජ්ඣධන්ත බහිද්ධා වා ධම්මේසු
ධම්මානුපස්සී විහරති,

තමා තුළ හෝ බාහිරව ඇති ධර්මයන් කෙරෙහි
හෝ ධර්මයන් අනුව බලමින් වාසය කරයි.

සමුදයධම්මානුපස්සී වා ධම්මේසු
විහරති

ධර්මයන්ගේ උත්පත්ති ස්වභාවය හෝ අනුව
බලමින් වාසය කරයි.

වයධම්මානුපස්සී වා ධම්මේසු
විහරති,

ධර්මයන්ගේ විනාශ වන ස්වභාවය හෝ අනුව
බලමින් වාසය කරයි.

සමුදයවයධම්මානුපස්සී වා ධම්මේසු
විහරති,

ධර්මයන් කෙරෙහි උත්පත්ති සහ විනාශවන
ස්වභාවය හෝ අනුව බලමින් වාසය කරයි.

අඤ්චි ධම්මාති වා පනස්ස සති
පච්චුපට්ඨිකා හෝති,

(ඒ හිඤ්චට්ට) ධර්මයන් ඇතැයි සිතිය එළඹ සිටී.

යාවදේව ඤාණමත්තාය
පනිස්සතිමත්තාය,

ඒ සිතිය හුදෙක් නුවණ දියුණු කිරීම සඳහාද
සිත වැඩීම සඳහා ද පවතී.

අනිස්සිතෝ ව විහරති,

ඔහු තණ්හා දීටිසි දෙකෙන් දුරුව වාසය කරයි.

නව කිසිවි ලෝකේ උපාදියනි,

ඔහු සත්ව ලෝකයෙහි රූපාදී කිසිවක් (ආත්මාදී වශයෙන්) අල්වා නොගනී.

එවමිපි බෝ හික්බවේ හික්බු ධම්මේසු
ධම්මානුපස්සී විහරති පඤ්චස්සනීවරණේසු.

මෙසේ ද මහණතෙම පඤ්ච නිවරණ ධර්මයන් කෙරෙහි ධර්මයන් අනුව බලමින් වාසය කරයි.



සුන ව පරං හික්බවේ හික්බු
ධම්මේසු ධම්මානුපස්සී විහරති,
පඤ්චස්සපාදනක්ඛන්ධෙසු.

මහණෙනි නැවතද වනාහි මහණතෙම පඤ්ච උපාදනස්කන්ධ ධර්මයන් හි ධර්මයන් අනුව බලමින් වාසය කරයි.

කප්ඤ්ච හික්බවේ හික්බු
ධම්මේසු ධම්මානුපස්සී විහරති
පඤ්චස්සපාදනක්ඛන්ධෙසු?

මහණෙනි, මහණතෙම පඤ්ච උපාදනස්කන්ධ ධර්මයන් කෙරෙහි ධර්මයන් අනුව බලමින් කෙසේ නම් වාසය කරයි ද ?

ඉධ හික්බවේ හික්බු
ඉති රූපං,
ඉති රූපස්ස සමුදයෝ,
ඉති රූපස්ස අත්ථංගමෝ,

මහණෙනි මේ සසුනෙහි මහණතෙම
රූපය මෙසේ ය.
රූපයෙහි හට ගැනීම මෙසේය.
රූපයෙහි අස්තංගමය (නිරෝධය) මෙසේය.

ඉති වේදනා,
ඉති වේදනාය සමුදයෝ,
ඉති වේදනාය අත්ථංගමෝ,

වේදනාව මෙසේය.
වේදනාවෙහි හටගැනීම මෙසේය.
වේදනාවෙහි අස්තංගමය මෙසේය.

ඉති සඤ්ඤා
ඉති සඤ්ඤාය සමුදයෝ,
ඉති සඤ්ඤාය අත්ථංගමෝ

සඤ්ඤාව මෙසේය.
සඤ්ඤාවෙහි හටගැනීම මෙසේය.
සඤ්ඤාවෙහි අස්තංගමය මෙසේය.

ඉති සංඛාරා
ඉති සංඛාරානං සමුදයෝ,
ඉති සංඛාරානං අත්ථංගමෝ,

සංස්කාර මෙසේය.
සංස්කාර වල හට ගැනීම මෙසේය.
සංස්කාරයන්ගේ අස්තංගමය මෙසේය

ඉති විඤ්ඤාණං,
ඉති විඤ්ඤාණස්ස සමුදයෝ,
ඉති විඤ්ඤාණස්ස අත්ථංගමෝ.

විඤ්ඤාණය මෙසේ ය.
විඤ්ඤාණයේ හටගැනීම මෙසේය .
විඤ්ඤාණයෙහි අස්තංගමය මෙසේ යයි (උනගනී)

ඉති අජ්ඣන්තං වා ධම්මේසු ධම්මානුපස්සී
විහරති,

මෙසේ තමාතුළ ඇති පඤ්චස්කන්ධ ධර්මයන්
කෙරෙහි හෝ ධර්මයන් අනුව බලමින් වාසය කරයි.

බහිද්ධා වා ධම්මේසු ධම්මානුපස්සී
විහරති,

බාහිර වූ එම ධර්මයන් කෙරෙහි හෝ ධර්මයන්
අනුව බලමින් වාසය කරයි.

අජ්ඣන්ත බහිද්ධා වා ධම්මේසු
ධම්මානුපස්සී විහරති,

තමා තුළ හෝ බාහිරව ඇති එම ධර්මයන් කෙරෙහි
හෝ ධර්මයන් අනුව බලමින් වාසය කරයි.

සමුදය ධම්මානුපස්සී වා ධම්මේසු
විහරති,

ධර්මයන්ගේ උත්පත්ති ස්වභාවය හෝ අනුව
බලමින් වාසය කරයි.

වයධම්මානුපස්සී වා ධම්මේසු
විහරති,

ධර්මයන්ගේ විනාශ වන ස්වභාවය හෝ අනුව
බලමින් වාසය කරයි.

සමුදය වයධම්මානුපස්සී වා ධම්මේසු
විහරති,

ධර්මයන් කෙරෙහි උත්පත්ති සහ විනාශවන
ස්වභාවය හෝ අනුව බලමින් වාසය කරයි.

අත්ථි ධම්මානි වා පනස්ස සති පච්චුපට්ඨිතා
හෝති

(ඒ හිඤ්චට) ධර්මයන් ඇතැයි සිතිය එළඹ සිටී.

යාවදේව ඤාණමත්තාය
පතිස්සතිමත්තාය
අනිස්සිතෝ ව විහරති,
න ව කිඤ්චි ලෝකේ උපාදියති.

ඒ සිතිය හුදෙක් නුවණ දියුණු කිරීම සඳහාද සිතිය
වැඩීම සඳහා ද පවතී. ඔහු තණ්හා දිට්ඨි දෙකෙන්
දුරුව වාසය කරයි. ඔහු සත්ව ලෝකයෙහි රූපාදී
කිසිවක් (ආත්මාදී වශයෙන්) අල්වා නොගනී.

ඒවමපි බෝ හික්ඛවේ හික්ඛු ධම්මේසු
ධම්මානුපස්සී විහරති,
පඤ්චස්සපාදනක්ඛන්ධෙසු.

මෙසේ ද මහණතෙම පඤ්ච
උපාදනස්කන්ධ ධර්මය අනුව බලමින්
වාසය කරයි.



ආධ්‍යාත්මික හා වාහිර ආයතන සය

පුන ව පරං හික්ඛවේ හික්ඛු ධම්මේසු
ධම්මානුපස්සි විහරති ඡය්‍ය අජ්ඣත්තික
බාහිරේසු ආයතනේසු.

මහනොනී නැවත ද, මහනොතෙම සවැඳුරුමේ ආධ්‍යාත්මික සහ ඩාහිර ආයතන නම් වූ ධර්මයන් කෙරෙහි ධර්මයන් අනුව බලමින් වාසය කරයි.

කථඤ්ච හික්බවේ හික්බු ධම්මේසු
ධම්මානුපස්සී විහරති ඡය්‍ය අජ්ඣධන්තික
බාහිරේසු ආයතනේසු?

මහණෙනි, මහණතෙම කෙසේ නම් සච්ඡරුම් වූ ආධ්‍යාත්මික ඩාහිර ආයතන නම් වූ ධර්මයන් කෙරෙහි ධර්මයන් අනුව බලමින් වාසය කරයිද?

ඉඳ හික්බවේ හික්බු, චක්ඛුංච පජානාති,
රුපේ ච පජානාති,

මහණෙනි, මේ සසුනෙහි මහණතෙම අසේ ද
උනගනී. රූපයන් ද උනගනී.

යඤ්ච තද්වහං පටිච්ච උප්පජ්ජති
සඤ්ඤෝජනං තඤ්ච පජානාති,

ඒ දෙක නිසා යම් සංයෝජනයක් උපදි නම් එයත්
දැනගනී.

යථා ච අනුප්පන්නස්ස සඤ්ඤෝථනස්ස
උප්පාදෝ හෝති, තඤ්ච පථානාති,

යම්සේ නූපත් සංයෝජනයක ඉපදීමක් වේ නම් එයත් දැනගනී.

යථා ච උප්පත්තස්ස සඤ්ඤෝථනස්ස
පහානං තෝති තඤ්ච පජානාති,

යම්සේ උපන්නා වූ සංයෝජනයක ප්‍රකාශය වේ නම් එයද ඇතහැකි.

යථා ච පභිනස්ස සක්ඛ්‍යෝපනස්ස ආයතිං
අනුප්පාදේ හෝති තක්ඛ පථානාති.

යම්සේ ප්‍රතිඵල සංයෝජනයක් මග්‍රෙහි නුපදිනම් එයත් දැනගනී.

සෝනඤ්ච පචානාති,
සිද්ධේ ච පචානාති,

කණ ද පුනගනි.
ශබ්ද ද පුනගනි

යඤ්චි තදුහයං පටිච්චි උප්පජ්ජති
සඤ්ඤෝජනං තඤ්ච පජානාති,

ඒ දෙක නිසා යම් සංයෝජනයක් උපදිනම් එයද ඇතැයි

යථා ච අනුප්පන්නස්ස සඤ්ඤෝප්පත්තස්ස
උප්පාදේ හෝති තඤ්ච පජානාති,

යම්සේ නූතන සංයෝජනයෙහි ඉපදීමක් වේ නම් එය ද ඇතහැකි.

යථා ච උප්පන්නස්ස සඤ්ඤෝඡනස්ස
පභානං ගෝති තඤ්ච පථානාති,

යම්සේ උපන් සංයෝජනයෙහි ප්‍රභාණය වේ නම් එයද ඇතහැකි.

උපන්නා වූ සංයෝජනයාගේ යම් ප්‍රභාණයක් වේ නම් එය ද ඇතැයි.

යථා ව පභීනස්ස සංඤ්ඤාපනස්ස ආයතිං
අනුප්පාදෝ හෝති තඤ්ච පචානාති.

ප්‍රතිභා වූ සංයෝජනයාගේ මත්තෙහි ඉපදීමක්
නොවේ නම් එයද දැනගනී.

මතඤ්ච පචානාති, ධම්මේච පචානාති,
යඤ්ච තදුභයං.

සිතත් දැනගනී. ධර්මත් (ධර්මාරම්මණත්) දැනගනී.

පට්ඨිච උප්පජ්ජති සංඤ්ඤාපනං තඤ්ච
පචානාති,

ඒ දෙක නිසා යම් සංයෝජනයක් උපදිනම් එයත්
දැනගනී.

යථාච අනුප්පන්නස්ස සංඤ්ඤාපනස්ස
උප්පාදෝ හෝති තඤ්ච පචානාති,

නූපන්නාවූ සංයෝජනයෙහි යම්සේ ඉපදීමක්
වේනම් එයත් දැනගනී

යථාච උප්පන්නස්ස සංඤ්ඤාපනස්ස
පහානං හෝති තඤ්ච පචානාති,

උපත් සංයෝජනයෙහි යම් බඳු ප්‍රභාණයක් වේ නම්
එයත් දැනගනී.

යථා ව පභීනස්ස සංඤ්ඤාපනස්ස ආයතිං
අනුප්පාදෝ හෝති, තඤ්ච පචානාති.

යම් සේ ප්‍රතිභා වූ සංයෝජනය මත්තෙහි නූපදි නම්
එයත් දැනගනී.

ඉති අජ්ඣත්තං වා ධම්මේසු ධම්මානුපස්සී
චිහරති,

මෙසේ තමා තුළ වූ ආධ්‍යත්මික බාහිර ආයතන
ධර්මයන් කෙරෙහි ධර්මයන් අනුව බලමින් වාසය
කරයි.

බහිද්ධා වා ධම්මේසු ධම්මානුපස්සී
චිහරති,

බාහිර වූ එම ධර්මයන් කෙරෙහි හෝ ධර්මයන්
අනුව බලමින් වාසය කරයි.

අජ්ඣත්ත බහිද්ධා වා ධම්මේසු
ධම්මානුපස්සී චිහරති,

තමාගේ හෝ බාහිර වූ එම ධර්මයන් කෙරෙහි
ධර්මයන් අනුව බලමින් වාසය කරයි.

සමුදය ධම්මානුපස්සී වා ධම්මේසු
චිහරති,

එම ධර්මයන් කෙරෙහි උත්පත්ති ස්වභාවය දකිමින්
වාසය කරයි.

වයධම්මානුපස්සී වා ධම්මේසු
චිහරති,

එම ධර්මයන් කෙරෙහි විනාශ වන ස්වභාවය
දකිමින් වාසය කරයි.

සමුදය වයධම්මානුපස්සී වා ධම්මේසු
චිහරති,

එම ධර්මයන් කෙරෙහි උත්පත්ති ස්වභාවය සහ
විනාශ වන ස්වභාවය හෝ බලමින් වාසය කරයි.

අසී ධම්මාති වා පනස්ස
සතිපවිචුපට්ඨිකා හෝති

ඔහුට ආයතන ධර්මයන් ඇත කියා සිතිය එළඹ
සිටී.

යාවදේච ඤාණමත්තාය

එය හුදෙක් ඥානය දියුණු වීම සඳහා ද

පතිස්සතිමත්තාය,
අතිස්සිනෝ ව විහරති,
න ව කිඤ්චි ලෝකේ උපාදියති,

සීහිය වැඩීම සඳහා ද පවති. ඒ මහණතෙම තණ්හා
දිට්ඨි දෙකෙන් දුරුව වාසය කරයි. සත්ව
ලෝකයෙහි (රූපාදී) කිසිවක් (ආත්මාදී වශයෙන්)
අල්වා නොගනී.

ඒවමපි බෝ හික්බවේ හික්බු ධම්මේසු
ධම්මානුපස්සී විහරති ඡසු අජ්ඣත්තික
බාහිරේසු ආයතනේසු.

මහණෙනි මෙසේත් මහණතෙම සවැදුරුම් වූ
ආධ්‍යාත්මික බාහිර ආයතන ධර්මයන් කෙරෙහි
ධර්මයන් අනුව බලමින් වාසය කරයි.



පුන ව පරං හික්බවේ හික්බු ධම්මේසු
ධම්මානුපස්සී විහරති
සත්තසු බොජ්ඣංගේසු.

මහණෙනි, නැවත ද මහණතෙම සත්වැදුරුම් වූ
බොජ්ඣංග ධර්මයන් කෙරෙහි ධර්මයන් අනුව
බලමින් වාසය කරයි.

කථඤ්ච හික්බවේ හික්බු ධම්මේසු
ධම්මානුපස්සී විහරති
සත්තසු බොජ්ඣංගේසු?

මහණෙනි, කෙසේ නම් මහණතෙම සත්වැදුරුම්
බොජ්ඣංග ධර්මයන් කෙරෙහි ධර්මයන් අනුව
බලමින් වාසය කරයි ද?

ඉධ හික්බවේ හික්බු

මහණෙනි, මේ සාසනයෙහි මහණතෙම

සන්තං වා අජ්ඣත්තං
සතිසම්බොජ්ඣංගං අඤ්ච මේ අජ්ඣත්තං
සතිසම්බොජ්ඣංගෝ ති පචානාති.

තමා තුළ සතිසම්බොජ්ඣංගය (බුද්ධත්වයට
හේතුවන සීහිය) ඇති වීට මා තුළ සති සම්බොජ්
ඣංගය ඇතැයි දැනගනී.

අසන්තං වා අජ්ඣත්තං සතිසම්බොජ්ඣංගං,
නඤ්ච මේ අජ්ඣත්තං සතිසම්බොජ්ඣංගෝති
පචානාති,

තමා තුළ සතිසම්බොජ්ඣංගය නැති වීට මා තුළ
සතිසම්බොජ්ඣංගය නැතැයි දැනගනී.

යථාච අනුප්පන්නස්ස
සතිසම්බොජ්ඣංගස්ස උප්පාදේ හෝති
තඤ්ච පචානාති

යම්සේ නූපන්නා වූ සතිසම්බොජ්ඣංගයෙහි
ඉපදීමක් වේ නම් හෝ එය ද දැනගනී.

යථා ව උප්පන්නස්ස සතිසම්බොජ්ඣංගස්ස
භාවනාය පාරිසුරි හෝති තඤ්ච පචානාති.

යම්සේ උපන්නා වූ සතිසම්බොජ්ඣංගයෙහි
භාවනාවෙන් සම්පූර්ණ කිරීම වේ නම් එය ද
දැනගනී.

සත්තං වා අජ්ඣත්තං ධම්මච්චය
සම්බොජ්ඣංගං අසී මේ
අජ්ඣත්තං
ධම්මච්චයසම්බොජ්ඣංගෝති
පජානාති,

අසත්තං වා අජ්ඣත්තං ධම්මච්චය
සම්බොජ්ඣංගං නසී මේ අජ්ඣත්තං
ධම්මච්චයසම්බොජ්ඣංගෝති
පජානාති,

යථා ව අනුප්පන්නස්ස ධම්මච්චය සම්බොජ්
ඣංගස්ස උප්පාදේ හෝති තඤ්ච පජානාති,

යථා ව උප්පන්නස්ස
ධම්මච්චයසම්බොජ්ඣංගස්ස භාවනාය
පාරිච්ඡරි හෝති තඤ්ච
පජානාති,

සත්තං වා අජ්ඣත්තං විරියසම්බොජ්ඣංගං
අසී මේ අජ්ඣත්තං
විරියසම්බොජ්ඣංගෝති
පජානාති,

අසත්තං වා අජ්ඣත්තං
විරියසම්බොජ්ඣංගං නසී මේ අජ්ඣත්තං
විරියසම්බොජ්ඣංගෝති පජානාති,

යථා ව අනුප්පන්නස්ස විරියසම්බොජ්
ඣංගස්ස උප්පාදේ හෝති තඤ්ච පජානාති,

යථා ව උප්පන්නස්ස
විරියසම්බොජ්ඣංගස්ස භාවනාය පාරිච්ඡරි
හෝති තඤ්ච පජානාති,

සත්තං වා අජ්ඣත්තං ජීනිසම්බොජ්ඣංගං
අසී මේ අජ්ඣත්තං
ජීනිසම්බොජ්ඣංගෝති
පජානාති,

තමා තුළ ධම්මච්චය සම්බොජ්ඣංගය
(බුද්ධත්වයට හේතුවන විදුශීනා ප්‍රඥාව)
ඇති කල්හි හෝ මා තුළ
ධම්මච්චය සම්බොජ්ඣංගය ඇතැයි
දැනගනී.

තමා තුළ ධම්මච්චය සම්බොජ්ඣංගය නැති කල්හි
හෝ මා තුළ ධම්මච්චය
සම්බොජ්ඣංගය නැතැ යි
දැනගනී.

යම්සේ නූපත් ධම්මච්චය සම්බොජ්ඣංගයෙහි
ඉපදීම වේ නම් එය ද දැනගනී.

යම්සේ උපත් ධම්මච්චය
සම්බොජ්ඣංගයෙහි භාවනාවෙන්
සම්පූර්ණ කිරීම වේ නම්
එය ද දැනගනී.

තමා තුළ විරිය සම්බොජ්ඣංගය (බුද්ධත්වයට
හේතුවන විරියය) ඇති විට හෝ
මා තුළ විරිය සම්බොජ්ඣංගය
ඇතැයි දැනගනී.

තමා තුළ විරිය සම්බොජ්ඣංගය නැතිවිට හෝ
මා තුළ විරිය සම්බොජ්ඣංගය නැතැයි
දැනගනී.

නූපන්නා වූ හෝ විරිය සම්බොජ්ඣංගයෙහි ඉපදීම
යම්සේ වේ නම් එය ද දැනගනී.

උපත් විරිය සම්බොජ්ඣංගයෙහි හෝ භාවනාවෙන්
සම්පූර්ණ කිරීම යම්සේ වේ නම් එයද
දැනගනී.

තමා තුළ ජීනි සම්බොජ්ඣංගය (බුද්ධත්වයට
හේතුවන කාය චිත්ත ප්‍රීතිය) ඇති විට හෝ
මා තුළ ජීනි සම්බොජ්ඣංගය ඇතැයි
දැනගනී.

අසන්නංවා අජ්ඣන්තං
පීති සම්බොජ්ඣංගං නඤ්ථ මේ
අජ්ඣන්තං පීති සම්බොජ්ඣංගෝති,
පජානාති,

තමා තුළ පිහි සම්බෝධකංගය නැති වී
 හෝ මා තුළ පිහි සම්බෝධකංගය
 නැතැයි දැනගනී.

යථාච අනුප්පත්තස්ස
 ජිනි සම්බොජ්ඣංගස්ස
 උප්පාදේ හෝති තඤ්ච පථානානි,

නුපන් ප්‍රීති සම්බෝධ්‍යාංගයෙහි
හෝ ඉපදීම යම්සේ වේනම් එය ද
දැනගනී.

යථා ච උපපන්නස්ස ජිති
සම්බොජ්ඣංගස්ස භාවනාය පාරිජුරි හෝති
තඤ්ච පජානාති.

උපන් ප්‍රීති සම්බෝජ්‍යාංගයෙහි හෝ භාවනාවෙන්
සම්පූර්ණ කිරීම යම්සේ වේ නම්
එය ද ආනගනි .

සත්තං වා අච්ඤාත්තං
පස්සද්ධි සම්බොජ්ඣංගං අඤ්ථි මේ
අච්ඤාත්තං
පස්සද්ධි සම්බොජ්ඣංගෝති පජානාති,

තමා තුළ පස්සද්ධි සම්බෝධකංගය (බුද්ධත්වයට
හේතුවන කාය චිත්ත දෙකේ සංසිදුවීම)
හෝ ඇති වීම මා තුළ පස්සද්ධි සම්බෝධකංගය
ඇතැයි දැනගනී.

අසන්න. ටා අර්ඝ්‍යන්ත. පස්සද්ධි
සම්බොජ්ඣංග. නඤ්ඤි මේ අර්ඝ්‍යන්ත.
පස්සද්ධි සම්බොජ්ඣංගොති පචානාති,

තමා තුළ පස්සද්ධි සම්බෝජකිංශය නැතිවිට මා
තුළ පස්සද්ධි සම්බෝජකිංශය නැතැයි
දැනගනී.

යථා ච අනුප්පත්තස්ස පස්සද්ධිසම්බොජ්
 ඤංගස්ස උප්පාදේ හෝති තඤ්ච පජානාති,

ශ්‍රීමත් නුපත් පස්සර්ග් සම්බෝධකංගය උපදි නම්
ඒ බවද දැනගනී.

යථා ච උප්පන්නස්ස
පස්සද්ධි සම්බොජ්ඣංගස්ස භාවනාය
පාරිපුරි හෝති තඤ්ච පජානාති.

යම්සේ උපන් පස්සඳුබි සම්බොථිකධංගය '
 හාවනාවෙන් සම්පූර්ණ කිරීමක් වේ නම්
 එයද ඇතහැි

සන්නං වා අර්ඤ්ඤන්තං
සමාධි සම්බොජ්ඣංගං අඤ්ඤා මේ
අර්ඤ්ඤන්තං
සමාධි සම්බොජ්ඣංගෝති
පජානාති

තමා කෙරෙහි සමාධි සම්බෝජ්‍යාංගය
(බුද්ධත්වයට හේතුවන සිතේ එකගකම)
හෝ ඇතිවීම මා තුළ
සමාධි සම්බෝජ්‍යාංගය ඇතැයි
දැනගනී.

අසන්නං වා අජ්ඣත්තං
සමාධි සම්බොජ්ඣංගං නඤ්ඤි මේ අජ්ඣත්තං
සමාධි සම්බොජ්ඣංගොති
පජානාති.

තමා තුළ සමාධි සම්බෝධිතයෙකු
නැති වීම හෝ මා තුළ
සමාධි සම්බෝධිතයෙකු නැතැයි
දැනගනී.

යථා ච අනුප්පන්නස්ස සමාධි සම්බෝජ්
කංගස්ස උප්පාද්‍යේ හෝති තඤ්ච පචානාති,

යම්සේ නූපන සමාධි සම්බෝජනංගයෙහි ඉපදීමක් වේ නම් එය ද දැනගනී.

යථාච්ඡාදනප්‍රකාශන
සමාධි සම්බන්ධතාවය හා විනය පාරිසරික
භෞතික තත්ත්ව පරිණාමය.

උපන් සමාධ සම්බෝධ්‍යතාවයෙහි භාවනාවෙන් සම්පූර්ණ කිරීම යම්කිසි වේ නම් එයද දැනගනී.

සන්නං වා අජ්ඣත්තං.
උපෙක්ඛා සම්බොජ්ඣංගං අත්ථී
මේ අජ්ඣත්තං.
උපෙක්ඛා සම්බොජ්ඣංගොති පජානාති,

තමා කෙරෙහි උපෙක්ඛා සම්බෝජ්‍යාංගය (මුද්ධත්වයට හේතුවන සිතේ මැදහත් බව) හෝ ඇති වීට මා තුළ උපෙක්ඛා සම්බෝජ්‍යාංගය ඇතැයි දැනගනී.

අපන්නං වා අජ්ඣත්තං
උපෙක්ඛාසම්බෝජ්ඣංගං
නඤ්ඤි මේ අජ්ඣත්තං
උපෙක්ඛා සම්බෝජ්ඣංගෝති පඤ්ඤාති,

තමා කෙරෙහි උපෙක්කා සම්බෝජිකයාගේ හෝ නැති විට මා තුළ උපෙක්කා සම්බෝජිකයාගේ නැතැයි දැනගනී.

යථා ච අනුප්පන්නස්ස උපෙක්ඛා සම්බොජ්ඣංගස්ස උප්පාද්දේ හෝති තඤ්ච පජානාති,

යම්සේ නූතන උපෙක්කා සම්බෝධිතයෙකු ලෙස
නම් ඒ බව ද දැනගනී.

යථාචි උප්පත්තස්ස
උපෙක්ඛා සම්බොජ්ඣංගස්ස භාවනාය
පාරිපූරි හෝති තඤ්ච පජානාති.

යම්සේ උපන් උපෙක්කා සම්බෝජ්ඣාංගය
භාවනාවෙන් සම්පූර්ණ කිරීම වේ නම් ඒ බව ද
දැනගනී.

ඉති අප්‍රකාශිත වා ධම්මේසු
ධම්මානුපස්සි
විහරති,

මෙසේ තමා කෙරෙහි පවත්නා සජීව බොප්කඩංගු
ධර්මයන් කෙරෙහි ධර්මයන් අනුව බලමින් වාසය
කරයි.

බහිද්ධා වා ධම්මේසු
ධම්මානුපස්සී
විහරති.

බාහිර වශයෙන් හෝ පවත්නා සජීව බොජ්කඩය
ධර්මයන් කෙරෙහි ධර්මයන් අනුව බලමින් වාසය
කරයි.

අප්‍රකාශනවලින්දා වා ධර්මයේ
ධර්මානුපයස්සි
විහරති,

තමාකෙරෙහි හෝ බාහිර වශයෙන් හෝ පවත්නා
 බොජ්ඣංග ධර්මයන් කෙරෙහි ධර්මයන් අනුව
 බලමින් වාසය කරයි.

සමුදයාධිකාරය පිළිබඳව වා
ධනිකව බලාපොරොත්තු වෙමිනි,

ධර්මයන් කෙරෙහි උත්සන්නි ස්වභාවය අනුව
බලමින් වාසය කරයි.

වයඨමිමානුපස්සී චා ධම්මේසු
විහරති,

ධර්මයන් කෙරෙහි විනාශ වන ස්වභාවය අනුව
බලමින් වාසය කරයි.

සමුදයවයධම්මානුපස්සී වා ධම්මේසු
විහරති,

අත්ථි ධම්මානි වා පනස්ස සති
පච්චුපට්ඨිතා හෝති.

යාවදෙව ඤාණමත්තාය පතිස්සතිමත්තාය,
අනිස්සිතෝ ව විහරති,
න ව කිඤ්චි ලෝකේ උපාදියති.

ඵවම්පි බෝ හික්ඛවේ හික්ඛු
ධම්මේසු ධම්මානුපස්සී විහරති
සත්තස්ස බොජ්ඣංගේසු.

ධර්මයන් කෙරෙහි උත්පත්ති සහ විනාශ වන
ස්වභාවයන් අනුව බලමින් වාසය කරයි.

ඔහුට ධර්මයන් ඇත යන සිතිය එළඹ සිටී
(ඒ සිතිය) හුදෙක් නුවණ දියුණු කිරීම සඳහාද
සිතිය වැඩීම සඳහාද, පවතී.

ඔහු තණ්හා දිට්ඨි දෙකෙන් දුරුව වාසය කරයි.
ඔහු ලෝකයෙහි (රූපාදී) කිසිවක් ආත්මාදී වශයෙන්
අල්වා නොගනී.

මහණෙනි, මෙසේ ද මහණතෙම සත්ත බොජ්ඣංග
ධර්මයන් කෙරෙහි ධර්මයන් අනුව බලමින් වාසය
කරයි.



පුන ව පරං හික්ඛවේ හික්ඛු ධම්මේසු
ධම්මානුපස්සී විහරති, චතුස්ස
අරියසච්චේසු.

කථඤ්ච හික්ඛවේ හික්ඛු ධම්මේසු
ධම්මානුපස්සී විහරති චතුස්ස
අරියසච්චේසු?

ඉධ හික්ඛවේ හික්ඛු ඉදං දුක්ඛන්ති යථාභූතං
පජානාති,

අයං දුක්ඛ සමුදයෝති යථාභූතං
පජානාති,

අයං දුක්ඛ නිරෝධෝ ති යථාභූතං
පජානාති,

මහණෙනි, මහණතෙම නැවත ද වතුරායඪී සත්ත
ධර්මයන් කෙරෙහි ධර්මයන් අනුව බලමින් වාසය
කරයි.

මහණෙනි, කෙසේ නම් මහණතෙම වතුරායඪී සත්ත
ධර්මයන් කෙරෙහි ධර්මයන් අනුව බලමින් වාසය
කරයි ද ?

මහණෙනි මේ සස්තෙහි මහණතෙම මෙය දුක්ඛ
සත්ත යයි ඇති සැටියෙන් දැනගනී.

මෙය දුක්ඛ සමුදය සත්ත යයි ඇති සැටියෙන්
දැනගනී.

මෙය දුක්ඛ නිරෝධ සත්ත යයි ඇති සැටියෙන්
දැනගනී.

අයං දුක්ඛනිරෝධගාමිනී පටිපදා නි යථාභූතං පචානාති.

මෙය දුක්ඛ නිරෝධ ගාමිනීපටිපදා සත්‍ය යයි ඇති සැටියෙන් දැනගනී.



කතමඤ්ච හික්ඛවේ දුක්ඛං අරියසච්චං?

මහණෙනි දුක්ඛායඪී සත්‍යය නම් කවරේ ද?

ජාතිපි දුක්ඛං, ජරාපි දුක්ඛං,
මරණමිපි දුක්ඛං
සෝකපරිදේව
දුක්ඛදේමනස්සුපායාසාපි දුක්ඛං

ඉපදීම දුකකි, මහලු වීම දුකකි,
මරණය දුකකි, සෝකවීම, වැළඳීම,
කායික දුක දෙමිනස සහ දැඩි ආයාසය යන
මේවා දුක් වන්නේය.

අප්පියේහි සම්පයෝගෝ දුක්ඛෝ
පියේහි විප්පයෝගෝ දුක්ඛෝ
යම්පිච්ඡං න ලභති තම්පි දුක්ඛං
සංඛිත්තේන පඤ්චුපාදනක්ඛන්ධා
දුක්ඛං.

අප්‍රියයන් හා එක් වීම දුකකි.
ප්‍රියයන්ගෙන් වෙන්වීම ද දුකකි.
තමන් කැමති දේ නොලැබේ නම් එය ද දුකකි.
කෙටියෙන් කිවහොත් දැඩිව අලුවා ගන්නා ලද
පඤ්චස්කන්ධයම දුකකි.

කතමා ච හික්ඛවේ ජාති?

මහණෙනි, ජාතිය හෙවත් ඉපදීම යනු කුමක් ද?

යා තේසං තේසං සත්තානං තම්හි
තම්හි සත්තනිකායේ ජාති
සඤ්ජාති ඔක්කන්ති නිබ්බන්ති
අහිනිබ්බන්ති
බන්ධානං පාතුභාවෝ
ආයතනානං පටිලාභෝ.

ඒ ඒ සත්වයන්ගේ ඒ ඒ සත්ව කොට්ඨාශ වල යම්
ඉපදීමක් හෝ හටගැනීමක් හෝ බැසගැනීමක් හෝ
උත්පත්තියක් හෝ විශේෂ උත්පත්තියක් හෝ
පඤ්චස්කන්ධයන් ගේ පහළ වීමක් හෝ
ඇස කණ ආදී ආයතනයන් ගේ ලැබීමක්
හෝ වේ නම්

අයං චූච්චති හික්ඛවේ ජාති.

මහණෙනි, මෙය ඉපදීම යයි කියනු ලැබේ.

කතමා ච හික්ඛවේ ජරා?

මහණෙනි, ජරාව හෙවත් මහලු වීම යනු කුමක් ද ?

යා තේසං තේසං සත්තානං තම්හි තම්හි
සත්ත නිකායේ ජරා ජීරණකා ඛණ්ඩිච්චං
පාලිච්චං වලිත්තවතා ආයුනෝ සංහානි
ඉන්ද්‍රියානං පරිපාකෝ.

ඒ ඒ සත්වයන් ගේ ඒ ඒ සත්ව කොට්ඨාශවල යම්
බඳු ජරාවක්, දිරන බවක්, දත් ආදිය කැඩී යාමක්,
කෙස් ලොම් පැසීමක් , ඇඟ රැලි වැටීමක්, ආයුෂ
පිරිහීමක්, හෝ ඉඳුරන් මුහුකුරා යාමක් වේ නම්,

අයං වුච්චති හික්ඛවේ ජරා.

මහණෙනි, මෙය ජරාව යයි කියනු ලැබේ.

කතමඤ්ච හික්ඛවේ මරණං?

මහණෙනි, මරණය යනු කුමක් ද ?

යා තේසං තේසං සත්තානං තම්භා
තම්භා සත්තනිකායා වුති චචනතා
හෙදේ අන්තර්ධානං
මච්චුමරණං කාලකිරියා
බ්‍රහ්මානං හේදේ කලේබරස්ස
නික්ඛෙපො, ජීවිතින්ද්‍රියස්ස උපච්ඡේදෝ

ඒ ඒ සත්වයන් හේ ඒ ඒ සත්ව කොට්ඨාශ වලින්
යම් වුන විමක්, වුනවන බවක්, බිඳීයාමක්,
අතුරුදහන් විමක්, මරණයක්, කළුරිය කිරීමක්,
අභාවයක් වේ ද, පඤ්චස්කන්ධයන් හේ බිඳීමක්
වේ ද, සිරුර අත්හැර දමා යාමක් වේ ද,
ජීවිතින්ද්‍රිය රූපයෙහි යම් සිඳීයාමක් වේ ද,

ඉදං වුච්චති හික්ඛවේ මරණං.

මහණෙනි, මෙය මරණ යයි කියනු ලැබේ.

කතමෝ ච හික්ඛවේ සෝකෝ?

මහණෙනි, සෝකය යනු කුමක් ද?

යෝ බෝ හික්ඛවේ
අඤ්ඤතරඤ්ඤතරේන ව්‍යසනේන
සමන්තාගතස්ස
අඤ්ඤතරඤ්ඤතරේන දුක්ඛ
ධම්මේන චුට්ඨස්ස සොකෝ, සෝචනා
සෝචිතත්තං අන්තෝ සෝකෝ අන්තෝ
පරිසෝකෝ,

මහණෙනි, (නැගත් නැතිවීම ආදී) යම් යම් ව්‍යසන
නිසා හෝ දුකට හේතු වූ යම් යම් කරුණු ඵලඝීම
නිසා හෝ සිතේ ඇති වන ශෝකයක් ශෝක කරන
ආකාරයක් ශෝක කරන බවක් වේ ද ශරීරය
ඇතුලත වියලෙන ආකාර වූ ශෝක කිරීමක් වේ ද,
විශේෂයෙන් ඇතුලත වියලෙන බවක් වේද ,

අයං වුච්චති හික්ඛවේ සෝකෝ.

මහණෙනි, මෙය ශෝක යයි කියනු ලැබේ.

කතමෝ ච හික්ඛවේ පරිදේවෝ?

මහණෙනි, වැළපීම යනු කුමක් ද?

යෝ බෝ හික්ඛවේ
අඤ්ඤතරඤ්ඤතරේන ව්‍යසනේන
සමන්තාගතස්ස අඤ්ඤතරඤ්ඤතරේන දුක්ඛ
ධම්මේන චුට්ඨස්ස ආදේවෝ පරිදේවෝ
ආදේවනා පරිදේවනා ආදේවිතත්තං
පරිදේවිතත්තං.

මහණෙනි යම් යම් ව්‍යසනයක් නිසා හෝ
දුකට හේතු වූ කරුණු ඵලඝීමෙන් හෝ
ඇතිවන හැඟීමක්, වැළපීමක්, හැඬීම් ක්‍රියාවක්,
වැළපීම් ක්‍රියාවක්, නම් කියා හඬන බවක් වේ ද,
ගුණ වර්ණනා කොට වළඳනා බවක් වේ නම්,

අයං වුච්චති හික්ඛවේ පරිදේවෝ.

මෙය මහණෙනි, වැළපීම යයි කියනු ලැබේ.

කතමඤ්ච හික්ඛවේ දුක්ඛං?

මහණෙනි, (කායික) දුක නම් කවරේ ද?

යං බෝ හික්ඛවේ කායිකං
දුක්ඛං කායිකං අසානං කාය
සම්ඵස්සජං දුක්ඛං
අසානං වේදයිතං.

මහණෙනි, කයෙහි හටගත් යම් දුකක් වේ ද,
කයෙහි හටගත් අමිහිරි බවක් වේ ද, කය අමිහිරි
දෙයක ගැටීමෙන් උපන්නා වූ දුක්ගෙන දෙන
අප්‍රිය වේදනාවක් වේ ද,

ඉදං චුච්චති හික්ඛවේ දුක්ඛං.

මහලොව, මෙය (කාශික) දුක යයි කියනු ලැබේ.

කතමඤ්ච හික්බවේ දේශනාපට්ඨං?

මහණෙනි, දෙමිනස යනු කුමක් ද?

යං බෝ හික්ඛවේ චේතසිකං
දුක්ඛං චේතසිකං අසාතං
මනෝසම්ඵස්සජ්ජං දුක්ඛං
අසාතං වේදයිතං.

මහගොනි, යම් බඳු සිත පිළිබඳ දුකක් වේ ද අම්බිරි
බවක් වේ ද, සිත යම් අරමුණක් ගැටීමෙන්
හට ගන්නා වූ දුක් සහගත වූ අප්‍රිය වූ
වේදනාවක් වේ නම්

ඉදං චූචිචති හික්ඛවේ දේමනස්සං.

මහත්මා, මෙය දෙමිනස යැයි කියනු ලැබේ.

කතමෝ ට හික්බවේ උපායාසෝ?

මහණෙනි, උපායාසනය යනු කුමක් ද ?

යො බො හික්බවේ
අඤ්ඤතරඤ්ඤතරෙන ව්‍යසනේන
සමන්තාගතස්ස
අඤ්ඤතරඤ්ඤතරෙන දුක්ඛධම්මේන
චුට්ඨස්ස ආයාසො උපායාසො
ආයාසිතත්තං උපායාසිතත්තං.

මහණෙනි යම් බඳු ව්‍යසනයකින් පෙළුනා වූ හෝ දුකට හේතුවන කරුණක් ඵලඹීමෙන් යමෙකුගේ සිතෙහි ඇතිවන ආයාසයක් (චිත්ත පිඩාවක්), උපායාසයක් (බලවත් චිත්ත පිඩාවක්), චිත්ත පිඩා ස්වභාවයක්, සිතේ වෙනෙසුණු බවක් වේ නම්,

අයං වුච්චති හින්ධවෙ උපායාසො.

මහත්මා, මෙය උපායයක් යයි කියනු ලැබේ.

කතමෝ ට හික්බවේ අප්පියෙහි සම්පයෝගෝ දුක්බෝ?

මහණෙනි අප්‍රියයන් හා එක්වීමේ දුක යනු කුමක් ද?

ඉඳා හික්බවේ යප්ප නේ හොන්නි
අනිට්ඨා අනන්තා අමනාපා රූපා
සද්ද් ගන්ධා රසා ථොට්ඨබ්බා ධම්මා,

මහනොනි, මේ ලෝකයෙහි යමෙකුට අයහපත් වූ අප්‍රිය වූ සිත්තොගන්නා වූ රූප, ශබ්ද, ගන්ධ, රස, ස්පර්ශ, ධර්මාරම්මණ යන මේවා වේද,

යේ වා පනස්ස තේ නොන්ති
අනත්ථකාමා අභිතකාමා
අථාසුකාමා අයෝගක්ඛේමකාමා

ඔහුට අවැඩ කැමැති වූ අතිතවත් වූ අපහසු කම් කරන්නා වූ ඔහුගේ අනාරක්ෂිතබව දැකීමට කැමති වූ පුද්ගලයන් හෝ සමග,

යා තේහි සද්ධිං සංගති සමාගමෝ
සමෝධානං මිස්සිභාවෝ.

ඒ දේ හා පුද්ගලයින් සමග යම් බඳු භජනයක් සමාගමයක් එක්වීමක් හෝ මිශ්‍රවීමක් වේ නම්,

අයං චූචිචති භික්ඛවේ අප්පියෙහි
සම්පයෝගෝ දුක්ඛෝ.

මහනොනී, මෙය අප්‍රියයන් හා එක්වීමේ දුක යයි කියනු ලැබේ.

කතමෝ ව හික්බවේ පියෙහි
විප්පයෝගෝ දුක්බෝ?

මහලොහි, ප්‍රියයන්ගෙන් වෙන්වීමේ දුක යනු කුමක් ද?

ඉඬ හික්ඛවේ යස්ස තේ හොන්ති ඉට්ඨා කන්තා මනාපා රූපා සද්ද ගන්ධා රසා ථොට්ඨබ්බා ධම්මා,

යේ වා පනස්ස තේ හොන්ති අත්ථකාමා හිතකාමා ථාසුකාමා යෝගක්ඛේමකාමා මාතා වා, පිතා වා, භාතා වා, භගිනී වා, මිත්තා වා, අමච්චා වා, ඤාතිසාලෝභිතා වා

යා තේහි සද්ධිං අසංගති අසමාගමෝ අසමෝධානං අමිස්සිභාවෝ.

අයං චූච්චති හික්ඛවේ පියෙහි විජ්ජයෝගෝ දුක්ඛෝ.

කතමඤ්ච හික්ඛවේ යම්පිච්ඡං න ලහති තම්පි දුක්ඛං?

ජාතිධම්මානං හික්ඛවේ සත්තානං ඒවං ඉච්ඡා උප්පජ්ජති අහෝ වත මයං න ජාති ධම්මා අස්සාම,

නච වත නෝ ජාති ආගච්ඡෙය්‍යාං ති, න ඛෝ පනේතං ඉච්ඡාය පත්තබ්බං. ඉදම්පි යම්පිච්ඡං න ලහති තම්පි දුක්ඛං.

ජරාධම්මානං හික්ඛවේ සත්තානං ඒවං ඉච්ඡා උප්පජ්ජති අහෝ වත මයං න ජරාධම්මා අස්සාම

නච වත නෝ ජරා ආගච්ඡෙය්‍යාං ති. න ඛෝ පනේතං ඉච්ඡාය පත්තබ්බං. ඉදම්පි යම්පිච්ඡං න ලහති තම්පි දුක්ඛං.

ව්‍යාධිධම්මානං හික්ඛවේ සත්තානං ඒවං ඉච්ඡා උප්පජ්ජති. අහෝ වත මයං න ව්‍යාධිධම්මා අස්සාම

මහණෙනි, මේ ලෝකයෙහි යමෙකුට යහපත් වූ ප්‍රිය වූ සිත්ගන්නා වූ රූප, ශබ්ද, ගන්ධ, රස, ස්පර්ශ, ධර්මාරම්මණ යන මේ වස්තු වේද,

තමහට වැඩ කැමති, හිත කැමති, පහසුකම් සැපයීමට කැමති, ඔහුගේ ආරක්ෂිත බව උැකීමට ඊසිවූ , මව හෝ පියා හෝ, සොහොයුරා හෝ සොහොයුරිය හෝ යහළුවෝ හෝ මිත්‍රයෝ හෝ නැයෝ හෝ සහලේ නැයෝ හෝ (යන මොවුහු වෙත්ද)

ඒ වස්තු හා පුද්ගලයන් සමග යම් බඳු හපනයක්, සමාගමයක්, එක්වීමක්, හෝ මිශ්‍රවීමක් සිදු නොවේ නම්

මහණෙනි, මෙය ප්‍රියයන්ගෙන් වෙන්වීමේ දුක යයි කියනු ලැබේ.

මහණෙනි, කැමැති වූ යමක් නොලැබීමේ දුක යනු කුමක් ද?

මහණෙනි, ඉපදීම ස්වභාව කොට ඇති සත්වයන්ට මෙබඳු ආශාවක් උපදී. අපි ඉපදීම ස්වභාවකොට ඇති අය නොවන්නෙමු නම් (එය) ඉතා යෙහෙක.

ඒකාන්තයෙන් ඉපදීම අපට නොපැමිණේ නම් ඉතා යෙහෙක (කියායි.) මේ කරුණ කැමැත්තෙන් ලැබිය හැකි දෙයක් නොවේ. මෙය ද කැමතිදේ නොලැබීමෙන් ඇතිවන දුකකි.

මහණෙනි, මහලු වීම ස්වභාව කොට ඇත්තා වූ සත්වයන්ට මෙබඳු ආශාවක් උපදී. අපි මහලුවීම ස්වභාව කොට ඇති අය නොවන්නෙමු නම් ඉතා යෙහෙක.

ඒකාන්තයෙන් අප කරා මහලු බව නොඑන්නේ නම් ඉතා යෙහෙක. (කියායි) (එහෙත්) මේ කරුණ කැමැත්තෙන් ලැබිය හැකි දෙයක් නොවේ. මෙය ද කැමැති දෙය නොලැබීමේ දුකකි.

මහණෙනි, ලෙඩ රෝග වැළඳීම ස්වභාවකොට ඇති සත්වයන්ට මෙබඳු ආශාවක් උපදී. අපි ලෙඩ රෝග වැළඳීම ස්වභාව කොට ඇති අය නොවන්නෙමු නම් ඉතා යෙහෙක.

නව වන නො ව්‍යාධි ආගවේෂයානි,
න බෝ පනෙනං ඉව්ඡාය පත්තබ්බං.

අප කරා ලෙඩ රෝග නොපැමිණේ නම් ඉතා
යෙහෙක (කියායි) (එහෙත්) මෙය කැමැත්තෙන්
ලැබිය හැකි දෙයක් නොවේ.

ඉදම්පි යම්පිච්ඡං න ලහති තම්පි දුක්ඛං.

මෙයද කැමති දෙය නොලැබීමේ දුකකි.

මරණ ධම්මානං හික්ඛවෙ සත්තානං ඒවං
ඉව්ඡා උප්පජ්ජති අහෝ වන මයං න
මරණධම්මා අස්සාම

මහණෙනි මරණය ස්වභාව කොට ඇති සත්වයන්ට
මෙබඳු ආශාවක් උපදී. අපි මරණය ස්වභාව කොට
ඇත්තෝ නොවන්නෙමු නම් ඉතා යෙහෙක.

නව වන නෝ මරණං
ආගවේෂයානි, න බෝ පනෙනං
ඉව්ඡාය පත්තබ්බං ඉදම්පි යම්පිච්ඡං
න ලහති තම්පි දුක්ඛං.

අප කරා මරණය නොඑන්නේ නම් ඉතා යෙහෙක
(කියායි) (එහෙත්) මෙය කැමැත්තෙන් ලැබිය හැකි
දෙයක් නොවේ. මෙයද කැමති දෙය නොලැබීමෙන්
වන දුකකි.

සෝක පරිදේව දුක්ඛ දේමනස්සුපායාස
ධම්මානං හික්ඛවෙ සත්තානං
ඒවං ඉව්ඡා උප්පජ්ජති, අහෝ වන මයං න
සෝක පරිදේව දුක්ඛ
දේමනස්සුපායාස
ධම්මා අස්සාම

මහණෙනි ශෝක කිරීම, වැළඳීම, කායික චෛතසික
දුක, දැඩි ආයාස ස්වභාව කොට ඇති සත්වයන්ට
මෙබඳු ආශාවක් ඇතිවේ. අපි ශෝක කිරීම,
වැළඳීම, කායික චෛතසික දුක, දැඩි ආයාස
ස්වභාව කොට ඇත්තෝ නොවන්නෙමු නම්
ඒකාන්තයෙන් එය ඉතා යෙහෙක.

නව වන නෝ සෝක පරිදේව දුක්ඛ
දේමනස්සුපායාසා ආගවේෂයාන් ති
නබො පනේතං ඉව්ඡාය පත්තබ්බං ඉදම්පි
යම්පිච්ඡං න ලහති තම්පි දුක්ඛං.

ශෝකය වැළඳීම කායික චෛතසික දුක දැඩි
ආයාසය අප කරා නොයේ නම් එයද ඉතා යෙහෙක
කියායි. මෙය කැමැත්තෙන් ලැබිය හැකි දෙයක්
නොවේ. මෙය ද කැමැති දේ නොලැබීමේ දුකකි.

කතමේව හික්ඛවෙ සංඛිත්තේන
පඤ්චුපාදනක්ඛන්ධා දුක්ඛා? සෙය්‍යපීදං:

මහණෙනි කෙටියෙන් කවරනම්
පඤ්ච උපාදනස්කන්ධ දුක් වන්නාහුද? ඒ මෙසේය.

රූපුපාදනක්ඛන්ධෝ,
වේදනුපාදනක්ඛන්ධෝ
සඤ්ඤාපාදනක්ඛන්ධෝ
සංඛාරුපාදනක්ඛන්ධෝ
විඤ්ඤාණුපාදනක්ඛන්ධෝ.

රූප උපාදනස්කන්ධය,
වේදනා උපාදනස්කන්ධය,
සඤ්ඤා උපාදනස්කන්ධය,
සංඛාර උපාදනස්කන්ධය,
විඤ්ඤාණ උපාදනස්කන්ධය. (යනුයි)

ඉමේ වුවිචන්ති හික්ඛවෙ සංඛිත්තේන
පඤ්චුපාදනක්ඛන්ධා දුක්ඛා.

මහණෙනි කෙටියෙන් මේ උපාදනස්කන්ධ පහ දුක්
යයි කියනු ලැබේ.

ඉදං වුවිචති හික්ඛවෙ දුක්ඛං
අරියසච්චං.

මහණෙනි මෙය දුක්ඛ ආර්ය සත්‍යය යයි කියනු
ලැබේ.

දුක්ඛ සමුදය සත්‍යය

කතමඤ්ච භික්ඛවේ දුක්ඛසමුදයං
අරියසච්චං?
යායං තණ්හා පෝතෝභවිකා
නඤ්චරාගසහගතා තත්‍ර තත්‍රාභිනන්දිතී
සෙය්‍යපීදං.

කාමතණ්හා, භවතණ්හා
චිහවතණ්හා,
සා බෝ පනේසා භික්ඛවේ
තණ්හා,

කඤ්ච උප්පජ්ජමානා
උප්පජ්ජති? කඤ්ච
නිව්සමානා නිව්සති?

යං ලෝකේ පියරූපං සාතරූපං
එත්ථෙසා තණ්හා උප්පජ්ජමානා
උප්පජ්ජති,
එඤ්ච නිව්සමානා නිව්සති,

කිඤ්ච ලෝකේ පියරූපං සාතරූපං?
එත්ථෙසා තණ්හා
උප්පජ්ජමානා උප්පජ්ජති එඤ්ච
නිව්සමානා නිව්සති.

චක්ඛුං ලෝකේ පියරූපං සාතරූපං
එත්ථෙසා තණ්හා උප්පජ්ජමානා
උප්පජ්ජති, එඤ්ච නිව්සමානා නිව්සති.

සෝතං ලෝකේ පියරූපං සාතරූපං
එත්ථෙසා තණ්හා උප්පජ්ජමානා උප්පජ්ජති,
එඤ්ච නිව්සමානා නිව්සති.

සානං ලෝකේ පියරූපං සාතරූපං,
එත්ථෙසා තණ්හා උප්පජ්ජමානා
උප්පජ්ජති, එඤ්ච නිව්සමානා නිව්සති,

මහණෙනි දුක්ඛ සමුදයාර්ය සත්‍යය නම් කවරේ
ද? යම් තණ්හාවක් සත්වයාගේ නැවත නැවත
සසර ඉපදීම ඇති කරන්නේ ද, නන්දී නම් වූ රාගය
සමග එක්ව පවති ද, ඒ ඒ ආත්මවල සහ රූපාදී
අරමුණු වල ඇලේ ද, (ඒ තණ්හාව) කෙසේද යත්,

කාමතණ්හාව, (පඤ්ච කාමය පිළිබඳ තණ්හාව),
භව තණ්හාව (සත්වයා සදකාලිකය යන ශාශ්වත
දිට්ඨිය සමග බැඳුණු තණ්හාව), චිහව තණ්හාව
(මරණින් මතු සත්වයාගේ ඉපදීමක් නැත. යන
උච්චේද දිට්ඨිය සමග බැඳුණු තණ්හාව) යි.

මහණෙනි ඒ තණ්හාව උපදින විට කොහි උපදී ද
පිහිටා සිටින විට කොහි පිහිටා සිටී ද ?

ලෝකයෙහි යම් ප්‍රිය ස්වභාවයක්, මිහිරි
ස්වභාවයක්, වේ නම් මේ ප්‍රිය ස්වභාවයෙහි
මිහිරි ස්වභාවයෙහි තණ්හාව උපදින විට උපදී.
පිහිටා සිටින විට මෙහි පිහිටා සිටී.

මේ තණ්හාව උපදින විට යම් ප්‍රිය ස්වභාවයක්
උපදිනම් පිහිටා සිටින විට යම් මිහිරි ස්වභාවයක්
පිහිටා සිටිනම් ලෝකයෙහි ඒ ප්‍රිය ස්වභාවය, මිහිරි
ස්වභාවය යනු කුමක් ද?

ඇස, ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ මධුර වූ ස්වභාව ඇත්තකි.
තණ්හාව උපදින විට මේ ඇසෙහි උපදී.
පිහිටා සිටින විට මෙහි පිහිටා සිටී.

කණ, ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ මධුර වූ ස්වභාව ඇත්තකි.
තණ්හාව උපදින විට මේ කණෙහි උපදී. පිහිටා
සිටින විට මෙහි පිහිටා සිටී.

නාසය, ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ මධුර වූ ස්වභාව
ඇත්තකි. තණ්හාව උපදින විට මේ නාසයෙහි
උපදී. පිහිටා සිටින විට මෙහි පිහිටා සිටී.

ජීවිතා ලොකේ පියරූපං සාකරූපං,
එකේසා තණ්හා උප්පජ්ජමානා උප්පජ්ජති,
එකි නිව්සමානා නිව්සති,

දිව ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ මධුර වූ ස්වභාව
ඇත්තකි.
තණ්භාව උපදින විට මේ දිවෙහි උපදී. පිහිටා
සිටින විට මෙහි පිහිටා සිටී.

කායෝ ලෝකෝ පියරූපං සාකරූපං,
එතෙඨසා තණ්හා උප්පජ්ජමානා උප්පජ්ජති,
එඤ්ඤා නිවිසමානා නිවිසති,

කය ලෝකයෙහි පිය වූ මධුර වූ ස්වභාව
ඇත්තකි.
තණ්භාව උපදින විට මේ කයෙහි උපදී, පිහිටා
සිටින විට මෙහි පිහිටා සිටී.

මනෝ ලෝකේ පියරූපං සාතරූපං,
එකේසා තණ්හා උප්පජ්ජමානා උප්පජ්ජති,
එකං නිව්සමානා නිව්සති.

සිත ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ මධුර වූ ස්වභාව
ඇත්තකි.
තණ්භාව උපදින විට මේ මනසෙහි උපදී, පිහිටා
සිටින විට මෙහි පිහිටා සිටී.

රූපා ලෝකේ පියරූපං සාතරූපං,
එකේසා තණ්හා උප්පජ්ජමානා උප්පජ්ජති,
එසු නිව්සමානා නිව්සති,

රූප ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ මධුර වූ ස්වභාව ඇත්තකි. තණ්හාව උපදින විට මේ රූපයෙහි උපදී. පිහිටා සිටින විට මෙහි පිහිටා සිටී.

සඳ්ද ලොකේ පියරුපං සාතරුපං
එකේසා තණ්හා උප්පජ්ජමානා උප්පජ්ජති,
එකු නිව්සමානා නිව්සති,

ශබ්ද ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ මධුර වූ ස්වභාව ඇත්තකි.
තණ්භාව උපදින විට මේ ශබ්දයෙහි උපදී. පිහිටා සිටින විට මෙහි පිහිටා සිටී.

ගනු ලබන ලොකේ පියරූපං සාතරූපං,
එකේසා තණ්හා උප්පජ්ජමානා උප්පජ්ජති,
එකු නිව්සමානා නිව්සති,

ගනිත ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ මධුර වූ ස්වභාව ඇත්තකි.
තණ්ණාව උපදින විට මේ ගනිතයෙහි උපදී. පිහිටා
සිටින විට මෙහි පිහිටා සිටී.

රසා ලෝකේ පියරූපං සාතරූපං
එකේසා තණ්හා උප්පජ්ජමානා උප්පජ්ජති,
එකු නිව්සමානා නිව්සති,

රස ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ මධුර වූ ස්වභාව
ඇත්තකි.
තණ්භාව උපදින විට මේ රසයෙහි උපදී. පිහිටා
සිටින විට මෙහි පිහිටා සිටී.

පොට්ටුබිලා ලෝකේ පියරුපං සාතරුපං,
එකෙසා තණ්හා උප්පජ්ජමානා උප්පජ්ජති,
එතථ නිව්සමානා නිව්සති.

ස්පර්ශ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ මධුර වූ ස්වභාව ඇත්තකි.
තණ්ණාව උපදින විට මේ ස්පර්ශයෙහි උපදී. පිහිටා සිටින විට මෙහි පිහිටා සිටී.

ධම්මා ලෝකේ පියරූපං සාතරූපං,
එකේසා තණ්හා උප්පජ්ජමානා
උප්පජ්ජති, එතං නිව්සමානා
නිව්සති.

ධර්ම (ධර්මාරම්මණ) ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ මධුර වූ ස්වභාව ඇත්තකි. තණ්හාව උපදින විට මේ ධර්මයෙහි උපදී. පිහිටා සිටින විට මෙහි පිහිටා සිටී.

ජීවිතා සම්ඵස්සෝ ලෝකේ පියරූපං
සාකරූපං,
එත්ථෙසා තණ්හා උප්පජ්ජමානා
උප්පජ්ජති, එඤ්ඤා නිව්සමානා නිව්සති.

කායසම්පන්නයෝ ලෝකේ පියරූපං
සාකරූපං,
එත්ථෙසා තණ්හා උප්පජ්ජමානා
උප්පජ්ජති, එතථ නිව්සමානා නිව්සති.

මනෝසම්පස්සෝ ලෝකේ පියරූපං
සාතරූපං,
එකෙට්ඨා තණ්හා උප්පජ්ජමානා උප්පජ්ජති,
එකු නිව්සමානා නිව්සති.

එක්බැසීමිඵස්සජා වේදනා ලෝකේ පියරුපං
සාතරුපං,
එකේසා තණ්හා උප්පජ්ජමානා උප්පජ්ජති,
එක නිවිසමානා නිවිසති,

සෞභසම්පස්සජා වේදනා ලෝකේ පියරූපං
සාතරූපං,
එකෙඨසා තණ්හා උප්පජ්ජමානා උප්පජ්ජති,
එක්ඛා නිව්සමානා නිව්සති.

සානසම්ඵස්සජා වේදනා ලෝකේ පියරූපං
සාතරූපං,
ඵකෙඨසා තණ්හා උප්පජ්ජමානා උප්පජ්ජති,
ඵඤ්ඤා නිවිසමානා නිවිසති,

ජීවිතා සම්ප්‍රසාදා වේදනා ලෝකේ පියරූපං
සාතරූපං,
එකේසා තණ්හා උප්පජ්ජමානා උප්පජ්ජති,
එත්ථ නිව්සමානා නිව්සති.

කායසම්ඵස්සජා වේදනා ලෝකේ පියරූපං
සාතරූපං,
එත්ථෙසා තණ්හා උප්පජ්ජමානා
උප්පජ්ජති. එත්ථ නිව්සමානා නිව්සති.

මනෝසම්පස්සයා වේදනා ලොකේ පියරූපං
සාතරූපං,
එත්ථෙසා තණ්හා උප්පජ්ජමානා
උප්පජ්ජති, එත්ථ නිව්සමානා නිව්සති.

පීඨිතා සම්පස්සය (දිව රසය හා ගැවිම)
ලෝකයෙහි මිය වූ මධුර වූ ස්වභාව ඇත්තකි.
තණ්හාව උපදින විට මේ පීඨිතා සම්පස්සයෙහි
උපදී. පිහිටා සිටින විට මෙහි පිහිටා සිටී.

කාය සම්පස්සය (කාය ස්පර්ශයෙහි ගැටීම) ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ මධුර වූ ස්වභාව ඇත්තකි. තණ්හාව උපදින විට මේ කාය සම්පස්සයෙහි උපදී. පිතිටා සිටින විට මෙහි පිතිටා සිටී.

මනෝ සම්ප්‍රේෂණය (මනස බර්මය හා ගැටීම)
 ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ මධුර වූ ස්වභාව ඇත්තකි.
 තණ්හාව උපදින විට මේ මනෝ සම්ප්‍රේෂණයෙහි
 උපදී. පිහිටා සිටින විට මෙහි පිහිටා සිටී.

ඇස රූපය හා ගැටීමෙන් උපන් වේදනාව ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ මධුර වූ ස්වභාව ඇත්තකි. තණ්හාව උපදින විට මේ වේදනාවෙහි උපදී. පිහිටා සිටින විට මෙහි පිහිටා සිටී.

කණ්‍යා ශබ්දය හා ගැටීමෙන් උපන් වේදනාව
ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ මධුර වූ ස්වභාව ඇත්තකි.
තණ්හාව උපදින විට මේ වේදනාවෙහි උපදී. පිහිටා
සිටින විට මෙහි පිහිටා සිටී.

නාසය ගන්ධය හා ගැටීමෙන් උපන් වේදනාව
ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ මධුර වූ ස්වභාව ඇත්තකි.
තණ්හාව උපදින විට මේ වේදනාවෙහි උපදී. පිහිටා
සිටින විට මෙහි පිහිටා සිටී.

දිව රසය හා ගැටීමෙන් උපන් වේදනාව ලෝකයෙහි
ප්‍රිය වූ මධුර වූ ස්වභාව ඇත්තකි.
තණ්හාව උපදින විට මේ වේදනාවෙහි උපදී. පිහිටා
සිටින විට මෙහි පිහිටා සිටී.

කය ස්පර්ශය හා ගැටීමෙන් උපන් වේදනාව
ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ මධුර වූ ස්වභාව ඇත්තකි.
තණ්හාව උපදින විට මේ වේදනාවෙහි උපදී. පිහිටා
සිටින විට මෙහි පිහිටා සිටී.

මහස ධර්ම හා ගැටීමෙන් උපන් වේදනාව
 ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ මධුර වූ ස්වභාව ඇත්තකි.
 තණ්හාව උපදින විට මේ වේදනාවෙහි උපදී. පිහිටා
 සිටින විට මෙහි පිහිටා සිටී.

රූප සකද්දඬුව (රූපය අරමුණු කොට උපන් සකද්දඬුව) ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ මධුර වූ ස්වභාව ඇත්තකි. තණ්හාව උපදින විට මේ රූප සකද්දඬුවෙහි උපදී, පිහිටා සිටින විට මෙහි පිහිටා සිටී.

ශබ්ද සකඤ්ඤාව (ශබ්දය අරමුණු කොට උපන් සකඤ්ඤාව) ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ මධුර වූ ස්වභාව ඇත්තකි. තණ්හාව උපදින විට මේ ශබ්ද සකඤ්ඤාවෙහි උපදී. පිහිටා සිටින විට මෙහි පිහිටා සිටී.

ගනි සඤ්ඤාව (ගනිය අරමුණු කොට උපන් සඤ්ඤාව) ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ මධුර වූ ස්වභාව ඇත්තකි. තණ්හාව උපදින විට මේ ගනි සඤ්ඤාවෙහි උපදී. පිහිටා සිටින විට මෙහි පිහිටා සිටී.

රස සකද්දාල (රසය අරමුණු කොට උපන් සකද්දාල) ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ මධුර වූ ස්වභාව ඇත්තකි. තණ්හාව උපදින විට මේ රස සකද්දාලෙහි උපදී පිහිටා සිටින විට මෙහි පිහිටා සිටී.

පොට්‍රියඩ්ඩ් සකද්කුව (ස්පර්ශ්‍ය අරමුණු කොට
උපන් සකද්කුව) ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ මධුර වූ
ස්වභාව ඇත්තකි. තණ්හාව උපදින විට මේ
පොට්‍රියඩ්ඩ් සකද්කුවෙහි උපදී. පිහිටා සිටින විට
මෙහි පිහිටා සිටී.

ධම්ම සඤ්ඤාව (ධර්මාරම්මණ අරමුණු කොට
උපන් සඤ්ඤාව) ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ මධුර වූ
ස්වභාව ඇත්තකි. තණ්හාව උපදින විට මේ ධම්ම
සඤ්ඤාවෙහි උපදී. පිහිටා සිටින විට මෙහි පිහිටා
සිටී.

රූපසකදුවේතනාව (රූපය අරමුණු කොට උපන් වේතනාව) ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ මධුර වූ ස්වභාව ඇත්තකි. තණ්හාව උපදින විට මේ රූපසකදුවේතනා වෙති උපදී, පිහිටා සිටින විට මෙහි පිහිටා සිටී.

ශබ්ද සඤ්චේතනාව (ශබ්දය අරමුණු කොට උපන් චේතනාව) ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ මධුර වූ ස්වභාව ඇත්තකි. තණ්හාව උපදින විට මේ ශබ්ද සඤ්චේතනාවෙහි උපදී. පිහිටා සිටින විට මෙහි පිහිටා සිටී.

ධම්මතණ්ණා ලෝකේ පියරූපං
සාතරූපං,
එත්ථෙසා තණ්ණා උප්පජ්ජමානා
උප්පජ්ජති, එත්ථ නිව්සමානා නිව්සති,

රුපවිතක්කෝ ලෝකේ පියරූපං
සාතරූපං,
එත්ථෙසා තණ්හා උප්පජ්ජමානා
උප්පජ්ජති, එත්ථ නිව්සමානා නිව්සති,

සද්දවිතක්කෝ ලෝකේ පියරූපං
සාතරූපං,
එත්ථෙසා තණ්හා උප්පජ්ජමානා
උප්පජ්ජති, එත්ථ නිව්සමානා නිව්සති,

ගැබවිතක්කෝ ලෝකේ පියරූපං
සාතරූපං,
එත්ටෙසා තණ්හා උප්පජ්ජමානා
උප්පජ්ජති, එත්ට තිව්සමානා තිව්සති,

රසවිතක්කෝ ලෝකේ පියරූපං
සාතරූපං,
එත්තෙසා තණ්හා උප්පජ්ජමානා
උප්පජ්ජති, එත්ථ තිව්සමානා තිව්සති,

පොට්ටුබෝතල කෝලේ
පියරූපං සාතරූපං,
එත්තෙසා තණ්හා උප්පජ්ජමානා
උප්පජ්ජති, එත්ථ තිව්සමානා තිව්සති,

ධම්මවිතක්කෝ ලෝකේ පියරූපං
සාතරූපං,
එත්ථෙසා තණ්හා උප්පජ්ජමානා
උප්පජ්ජති. එත්ථ තිව්සමානා තිව්සති,

රූපවිවාරෝ ලෝකේ පියරූපං
සාතරූපං,
එත්තෙසා තණ්හා උප්පජ්ජමානා
උප්පජ්ජති. එත්ථ නිව්සමානා නිව්සති.

සද්දව්වාරෝ ලෝකේ පියරූපං
සාතරූපං,
එත්තෙසා තණ්හා උප්පජ්ජමානා
උප්පජ්ජති. එත්ථ තිව්සමානා තිව්සති.

ධම්මතණ්හාව (ධර්මය අරමුණු කොට උපන් තණ්හාව) ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ මධුර වූ ස්වභාව ඇත්තකි. තණ්හාව උපදින විට මේ ධම්මතණ්හා වෙති උපදී. පිහිටා සිටින විට මෙහි පිහිටා සිටී.

රූපචිතර්කය, (රූප අරමුණට සිත නැංවීම) ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ මධුර වූ ස්වභාව ඇත්තකි. තණ්හාව උපදින විට මේ රූපචිතර්කයෙහි උපදී. පිහිටා සිටින විට මෙහි පිහිටා සිටී.

ශබ්දචිතරකය, (ශබ්ද අරමුණට සිත නැංවීම) ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ මධුර වූ ස්වභාව ඇත්තකි. තණ්හාව උපදින විට මේ ශබ්දචිතරකයෙහි උපදී. පිහිටා සිටින විට මෙහි පිහිටා සිටී.

ගනවිතර්කය, (ගනව අරමුණට සිත නැංවීම) ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ මධුර වූ ස්වභාව ඇත්තකි. තණ්හාව උපදින විට මේ ගනවිතර්කයෙහි උපදී. පිහිටා සිටින විට මෙහි පිහිටා සිටී.

රසවිතර්කය, (රස අරමුණට සිත නැංවීම) ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ මධුර වූ ස්වභාව ඇත්තකි. තණ්හාව උපදින විට මේ රසවිතර්කයෙහි උපදී. පිහිටා සිටින විට මෙහි පිහිටා සිටී.

ජොට්‍යිබ්බවතර්කය, (ස්පර්ශ අරමුණට සිත් නැංවීම) ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ මධුර වූ ස්වභාව ඇත්තකි. තණ්හාව උපදින විට මේ ජොට්‍යිබ්බ විතර්ක යෙහි උපදී. පිතිටාසිටින විට මෙහි පිතිටයි.

ධම්මචිතර්කය, (ධර්ම අරමුණට සිත නැංවීම) ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ මධුර වූ ස්වභාව ඇත්තකි. තණ්හාව උපදින විට මේ ධම්මචිතර්කයෙහි උපදී. පිහිටා සිටින විට මෙහි පිහිටා සිටී.

රූපවිචාරය, (රූප අරමුණෙහි සිත නැසිරවීම) ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ මධුර වූ ස්වභාව ඇත්තකි. තණ්හාව උපදින විට මේ රූපවිචාරයෙහි උපදී. පිහිටා සිටින විට මෙහි පිහිටා සිටී.

සඳ්දව්චාරය, (ශබ්ද අරමුණෙහි සිත හැසිරවීම) ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ මධුර වූ ස්වභාව ඇත්තකි. තණ්හාව උපදින විට මේ ශබ්දව්චාරයෙහි උපදී. පිහිටා සිටින විට මෙහි පිහිටා සිටී.

ගන්ධවිචාරෝ ලෝකේ පියරූපං
සාතරූපං,
එත්ථෙසා තණ්හා උප්පජ්ජමානා
උප්පජ්ජති, එත්ථ නිව්සමානා නිව්සති,

ගන්ධවිචාරය, (ගන්ධ අරමුණෙහි සිත හැසිරවීම)
ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ මධුර වූ ස්වභාව ඇත්තකි.
තණ්හාව උපදින විට මේ ගන්ධවිචාරයෙහි උපදී,
පිහිටා සිටින විට මෙහි පිහිටා සිටී.

රසවිචාරෝ ලෝකේ පියරූපං
සාතරූපං,
එත්ථෙසා තණ්හා උප්පජ්ජමානා
උප්පජ්ජති, එත්ථ නිව්සමානා නිව්සති,

රසවිචාරය, (රස අරමුණෙහි සිත හැසිරවීම)
ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ මධුර වූ ස්වභාව ඇත්තකි.
තණ්හාව උපදින විට මේ රසවිචාරයෙහි උපදී,
පිහිටා සිටින විට මෙහි පිහිටා සිටී.

ථොට්ඨබ්බවිචාරෝ ලෝකේ පියරූපං
සාතරූපං,
එත්ථෙසා තණ්හා උප්පජ්ජමානා
උප්පජ්ජති, එත්ථ නිව්සමානා නිව්සති,

ථොට්ඨබ්බවිචාරය, (ස්පර්ශ අරමුණෙහි සිත හැසිරවීම)
ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ මධුර වූ ස්වභාව ඇත්තකි.
තණ්හාව උපදින විට මේ ථොට්ඨබ්බ
විචාරයෙහි උපදී, පිහිටා සිටින විට මෙහි පිහිටයි.

ධම්මවිචාරෝ ලෝකේ පියරූපං සාතරූපං,
එත්ථෙසා
තණ්හා උප්පජ්ජමානා උප්පජ්ජති, එත්ථ
නිව්සමානා නිව්සති,

ධම්මවිචාරය, (ධර්ම අරමුණෙහි සිත හැසිරවීම)
ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ මධුර වූ ස්වභාව ඇත්තකි.
තණ්හාව උපදින විට මේ ධම්මවිචාරයෙහි උපදී,
පිහිටා සිටින විට මෙහි පිහිටා සිටී.

ඉදං චූචිවති හික්ඛවේ දුක්ඛසමුදයං අරිය
සච්චං.

මහණෙනි මෙය දුක්ඛ සමුදයායයි සත්‍යය යයි කියනු
ලැබේ.



කතමඤ්ච හික්ඛවේ දුක්ඛනිරෝධං
අරියසච්චං? යෝ තස්සා යේව තණ්හාය
අසේසවිරාගනිරෝධෝ වාගෝ
පටිනිස්සග්ගෝ මුත්ති අනාලයෝ.

මහණෙනි, දුක්ඛනිරෝධායම් සත්‍යය නම් කවරේද?
ඒ තණ්හාවෙහිම යම් නිරවශේෂ ප්‍රභාණයක්
(සම්පූර්ණ දුරුකිරීමක්), අත් හැරීමක්, දුරලීමක්,
මිදීමක් හෝ නොඇලීමක් වේ නම් එයයි.

සා ඛෝ පනේසා හික්ඛවේ තණ්හා කඤ්ච
පභියමානා පභියති? කත්ථ නිරුජ්ඣමානා
නිරුජ්ඣති?

මහණෙනි, ඒ තණ්හාව ප්‍රභාණය වන විට කොහි
ප්‍රභාණය වේ ද? නිරුද්ධ වන විට (නැති වන විට)
කොහිදී නිරුද්ධ වේ ද?

යං ලෝකේ පියරූපං සාතරූපං,
එත්ථෙසා තණ්හා පභියමානා පභියති එත්ථ
නිරුජ්ඣමානා නිරුජ්ඣති,

ලෝකයෙහි යම් රූපාදී අරමුණක් ප්‍රිය වූ මධුර වූ
ස්වභාව ඇත්තේ ද . මේ ප්‍රිය මධුර ස්වභාවයෙහි
මේ තණ්හාව ප්‍රභාණවෙයි. මෙහිදී නිරුද්ධ වෙයි.

කිසිදු ලෝකේ පියරූපං සාතරූපං,
එත්ථෙසා තණ්හා පභියමානා පභියති, එත්ථ
නිරුප්පිධමානා නිරුප්පිධති?

මේ තත්ත්වයට ප්‍රතිචාර වන්නේ හෝ නිරුද්ධ වන්නේ යම් බඳුම් ප්‍රිය ස්වභාවයක හා මධුර ස්වභාවයක වේ නම් ඒ ප්‍රිය ස්වභාවය මධුර ස්වභාවය යනු කුමක් ද?

එක්කුම් ලෝකේ පියරුපං සාතරුපං,
එත්ථෙසා තණ්හා පතියමානා පතියති, එත්ථ
නිරුප්පධිමානා නිරුප්පධිති.

ඇස ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ මධුර වූ ස්වභාව ඇත්තකි.
මේ තණ්හාව ප්‍රතිභා වන විට
මේ ඇසෙහි ප්‍රතිභාවේ. නිරුද්ධ වන විට මෙහිම
නිරුද්ධ වේ.

සෞඛ්‍ය ලෝකේ පියරූපං සාතරූපං,
එත්ථෙසා තණ්හා පහියමානා පහියති, එත්ථ
නිරුප්පමානා නිරුප්පති.

කණ ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ මධුර වූ ස්වභාව ඇත්තකි.
මේ තණ්හාව ප්‍රතිණ වන විට
මේ කණොහි ප්‍රතිණවේ. නිරුද්ධ වන විට මෙහිම
නිරුද්ධ වේ.

සානං ලොකේ පියරූපං සාතරූපං,
එත්ථෙසා තණ්හා පභියමානා පභියති, එත්ථ
නිරුජ්ඣමානා නිරුජ්ඣති.

නාසය ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ මධුර වූ ස්වභාව
ඇත්තකි. මේ තණ්හාව ප්‍රතිභා වන විට
මේ නාසයෙහි ප්‍රතිභාවේ. නිරුද්ධ වන විට මෙහිම
නිරුද්ධ වේ.

ජීවිතා ලෝකේ පියරූපං
සාතරූපං,
එත්ථෙසා තණ්හා පභියමානා පභියති, එත්ථ
නිරුප්පධමානා නිරුප්පධති.

දිව ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ මධුර වූ ස්වභාව ඇත්තකි.
මේ තණ්හාව ප්‍රතිභා වන විට
දිවෙහි ප්‍රතිභාවේ. නිරුද්ධ වන විට මෙහිම
නිරුද්ධ වේ.

කායේ ලෝකේ පියරූපං සාතරූපං,
එත්ථෙසා තණ්හා පභියමානා පභියති, එත්ථ
නිරුප්පිමානා නිරුප්පිති.

කය ලෝකයෙහි පිය වූ මධුර වූ ස්වභාව ඇත්තකි.
මේ තණ්හාව ප්‍රතික්ෂා වන විට කයෙහි ප්‍රතික්ෂාවේ.
නිරුද්ධ වන විට මෙහිම නිරුද්ධ වේ.

මනෝ ලෝකේ පියරූපං සාතරූපං,
එත්ථෙසා තණ්හා පභියමානා පභියති, එත්ථ
නිරුප්පධිමානා නිරුප්පධිති.

සිත ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ මධුර වූ ස්වභාව ඇත්තකි.
මේ තණ්හාව ප්‍රතීක්‍ෂාවෙන් විට සිතෙහි ප්‍රතීක්‍ෂාවේ.
නිරුද්ධ වන විට මෙහිම නිරුද්ධ වේ.

රූපා ලොකේ පියරූපං
සාතරූපං,
එත්ථෙසා තණ්හා පතියමානා පතියති, එත්ථ
නිරුජ්ඣමානා නිරුජ්ඣති.

රූප ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ මධුර වූ ස්වභාව ඇත්තකි.
මේ තණ්හාව ප්‍රතිභාවන වීට
රූපයෙහි ප්‍රතිභාවේ. නිරුද්ධ වන වීට මෙහිම
නිරුද්ධ වේ.

සඳ්ද ලෝකේ පියරුපං
සාතරුපං,
එත්ටෙසා තණ්ණා පහියමානා පහියති, එත්ථ
නිරුප්පකමානා නිරුප්පකති.

ශබ්ද ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ මධුර වූ ස්වභාව ඇත්තකි.
මේ තණ්හාව ප්‍රතීණාවන විට
ශබ්දයෙහි ප්‍රතීණාවේ. නිරුද්ධ වන විට මෙහිම
නිරුද්ධ වේ.

ගණිත ලෝකේ පියරූපං සාකරූපං,
එක්ථෙසා කණිනා පභියමානා පභියති, එත්ථ
නිරූප්ඤ්ඤමානා නිරූප්ඤ්ඤති.

ගැබ්‍රියෙලා ලොකයෙහි ප්‍රිය වූ මධුර වූ ස්වභාව ඇත්තකි. මේ තණ්හාව ප්‍රතිභාවන විට ගැබ්‍රියෙලා ප්‍රතිභාවේ. නිරුද්ධ වන විට මෙහිම නිරුද්ධ වේ.

රසා ලෝකේ පියරූපං සාතරූපං,
එත්ථෙසා තණ්හා පභියමානා පභියති, එත්ථ
නිරුජ්ඣමානා නිරුජ්ඣති.

රස ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ මධුර වූ ස්වභාව ඇත්තකි. මේ තණ්හාව ප්‍රතිභාවන විට රසෙහි ප්‍රතිභාවේ. නිරුද්ධ වන විට මෙහිම නිරුද්ධ වේ.

පොට්ටුබෝංචි ලෝකේ පියරුපං සාකරුපං,
එත්තේසා කණිනා පනියමානා පනියති, එත්තේ
නිරුජ්ඣමානා නිරුජ්ඣති.

සමරයා ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ මධුර වූ ස්වභාව ඇත්තකි. මේ තණ්හාව ප්‍රතිභාවන වීට සමරයාගෙහි ප්‍රතිභාවේ, නිරුද්ධ වන වීට මෙහිම නිරුද්ධ වේ.

ධම්මා ලෝකේ පියරූපං සාතරූපං,
එත්ථෙසා තණ්හා පතියමානා පතියති, එත්ථ
නිරුජ්ඣමානා නිරුජ්ඣති.

ධර්මාරම්භණා ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ මධුර වූ ස්වභාව ඇත්තකි. මේ තණ්හාව ප්‍රතිණා වන විට ධර්මාරම්භණායෙහි ප්‍රතිණාවේ. නිරුද්ධ වන විට මෙහිම නිරුද්ධ වේ.

එක්බැව් විකුණාණං ලෝකේ පියරූපං
සාතරූපං,
එත්තේසා තණ්හා පහියමානා පහියති, එත්ථ
නිරුප්පකමානා නිරුප්පකති.

වක්වුවිඤ්ඤාණය (ඇස නිසා උපන් සිත) ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ මධුර වූ ස්වභාව ඇත්තකි. මේ තණ්හාව ප්‍රතිඵලය වී වක්වූ විඤ්ඤාණයෙහි ප්‍රතිඵලයේ නිරුද්ධ වන විට මෙහිම නිරුද්ධ වේ.

සෞඛ්‍යවිකේතය. ලෝකේ පියරූපං
සාතරූපං,
එත්ථෙසා තණ්හා පතියමානා පතියති, එත්ථ
නිරුප්පිකමානා නිරුප්පිකති.

සෞඛ්‍ය විකේන්ද්‍රය (කණ නිසා උපන් සිත)
 ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ මධුර වූ ස්වභාව ඇත්තකි.
 මේ තත්ත්වය ප්‍රතිචාරය වීම සෞඛ්‍ය විකේන්ද්‍රයෙහි
 ප්‍රතිචාරය වේ. නිරුද්ධ වන විට මෙහිම නිරුද්ධ වේ.

සානවික්කාණං ලෝකේ පියරූපං සාකරූපං,
එත්ථෙසා තණ්හා පතියමානා පතියති, එත්ථ
නිරුප්පිමානා නිරුප්පති.

සානවිඤ්ඤාණය (නාසය නිසා උපන් සිත)
 ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ මධුර වූ ස්වභාව ඇත්තකි.
 මේ තණ්හාව ප්‍රතිභාවන වීට සාන විඤ්ඤාණයෙහි
 ප්‍රතිභාවේ. නිරුද්ධ වන වීට මෙහිම නිරුද්ධ වේ.

ජීවිතාවික්කාණං ලෝකේ පියරූපං
සාතරූපං,
එත්තෙසා තණ්හා පහියමානා පහියති, එත්ථ
නිරුජ්ඣමානා නිරුජ්ඣති.

පිටිතාච්ඤ්ඤාණය (දිව නියා උපන් සිත)
ලෝකයෙහි මිය වූ මධුර වූ ස්වභාව ඇත්තකි.
මේ තණ්හාව ප්‍රතිණාවන විට පිටිතා
ච්ඤ්ඤාණයෙහි ප්‍රතිණාවේ. නිරුද්ධ වන විට
මෙහිම නිරුද්ධ වේ.

කායවික්කාණං ලෝකේ පියරූපං
සාතරූපං,
එත්ථෙසා තණ්හා පභියමානා පභියති, එත්ථ
නිරුප්පිමානා නිරුප්පිති.

කායච්ඡද්දාණය (කය නිසා උපන් සිත) ලෝකයෙහි
ප්‍රිය වූ මධුර වූ ස්වභාව ඇතැකි.
මේ තණ්හාව ප්‍රතීණාවන චීට කායච්ඡද්දාණයෙහි
ප්‍රතීණාවේ. නිරුද්ධ වන චීට මෙහිම නිරුද්ධ වේ.

කණ්‍යා ශබ්දය හා ගැටීමෙන් උපන් වේදනාව ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ මධුර වූ ස්වභාව ඇත්තකි. මේ තණ්හාව ප්‍රතිණාවන විට මෙම වේදනාවෙහි ප්‍රතිණාවේ නිරුද්ධ වන විට මෙහිම නිරුද්ධ වේ.

ස්පර්ශය අරමුණු කොට උපත් සකස්කළාට ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ මධුර වූ ස්වභාව ඇත්තකි. මේ තත්ත්වයට ප්‍රතිචාරයක් වීම මෙම සකස්කළාවෙහි ප්‍රතිචාරයේ නිරුද්ධ වන විට මෙහිම නිරුද්ධ වේ.

ධම්මසංඝ්ඤා ලෝකේ පියරූපං
සාතරූපං,
එත්ථෙසා තණ්හා පතියමානා පතියති, එත්ථ
නිරුප්පධමානා නිරුප්පධති.

රූපසකල්පේතනා ලෝකේ පියරූපං
සාතරූපං,
එත්ථෙසා තණ්හා පතියමානා පතියති, එත්ථ
නිරුප්පකමානා නිරුප්පකති.

සඳ්දසක්වේනනා ලෝකේ පියරූපං
සාතරූපං,
එත්ථෙසා තණ්හා පභියමානා පභියති, එත්ථ
නිරුප්පකමානා නිරුප්පකති.

ගැටපයක් වේනනා ලෝකේ පියරූපං
සාතරූපං,
එත්ටෙසා තණ්හා පහියමානා පහියති, එත්ථ
නිරුප්පකමානා නිරුප්පකති.

රසසඳුවේනනා ලෝකේ පියරූපං
 භාතරූපං,
 එත්ථෙසා තණ්හා පතියමානා පතියති, එත්ථ
 නිරුප්පධමානා නිරුප්පධති.

පොට්ටිබිබසඤ්චේතනා ලෝකේ පියරූපං
 සාතරූපං,
 එත්ථෙසා තණ්හා පභියමානා පභියති, එත්ථ
 නිරුජ්ඣමානා නිරුජ්ඣති.

ධම්මසංක්ඛේතනා ලෝකේ පියරූපං
සාතරූපං,
එත්ථෙසා තණ්හා පභියමානා පභියති, එත්ථ
නිරුප්පිකමානා නිරුප්පිකති.

රූපතණ්හා ලෝකේ පියරූපං
සාතරූපං,
එත්ථෙසා තණ්හා පභියමානා පභියති, එත්ථ
නිරුප්ඤ්ඤමානා නිරුප්ඤ්ඤති.

සඳ්දතණ්හා ලෝකේ පියරූපං
සාතරූපං,
එත්ථෙසා තණ්හා පභියමානා පභියති, එත්ථ
නිරුප්ඤ්ඤමානා නිරුප්ඤ්ඤති.

ධර්මාරම්මණ අරමුණු කොට උපන් සඤ්ඤාව
ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ මධුර වූ ස්වභාව ඇත්තකි.
මේ තණ්හාව ප්‍රතීණාවන චිට් මෙම සඤ්ඤාවෙහි
ප්‍රතීණවේ. නිරුද්ධ වන චිට් මෙහිම නිරුද්ධ වේ.

රූපය අරමුණු කොට උපන් චේතනාව ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ මධුර වූ ස්වභාව ඇත්තකි. මේ ගණ්ඨාව ප්‍රතිභාවන විට මෙම චේතනාවෙහි ප්‍රතිභාවේ, නිරුද්ධ වන විට මෙහිම නිරුද්ධ වේ.

ශබ්දය අරමුණු කොට උපන් චේතනාව ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ මධුර වූ ස්වභාව ඇත්තකි. මේ තණ්හාව ප්‍රතීණාවත වීට මෙම චේතනාවෙහි ප්‍රතීණාවේ. නිරුද්ධ වන වීට මෙහිම නිරුද්ධ වේ.

ගණය අරමුණු කොට උපන් වේතනාව ලෝකයෙහි
ප්‍රිය වූ මධුර වූ ස්වභාව ඇත්තකි.
මේ තණ්හාව ප්‍රතීණාවත වීට මෙම වේතනාවෙහි
ප්‍රතීණාවේ. නිරුද්ධ වන වීට මෙහිම නිරුද්ධ වේ.

රසය අරමුණු කොට උපන් චේතනාව ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ මධුර වූ ස්වභාව ඇත්තකි. මේ තණ්හාව ප්‍රතීණාවත වීම මෙම චේතනාවෙහි ප්‍රතීණාවේ, නිරුද්ධ වන විට මෙහිම නිරුද්ධ වේ.

ස්පර්ශය අරමුණු කොට උපන් වේතනාව
ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ මධුර වූ ස්වභාව ඇත්තකි.
මේ තණ්හාව ප්‍රතිණාවන විට මෙම වේතනාවෙහි
ප්‍රතිණාවේ නිරුද්ධ වන විට මෙහිම නිරුද්ධ වේ.

ධර්මාරම්භණ අරමුණු කොට උපන් වේතනාව
 ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ මධුර වූ ස්වභාව ඇත්තකි.
 මේ තණ්හාව ප්‍රතීණාවන විට මෙම වේතනාවෙහි
 ප්‍රතීණාවේ නිරුද්ධ වන විට මෙහිම නිරුද්ධ වේ.

රූපය අරමුණු කොට උපන් තණ්හාව ලෝකයෙහි
ප්‍රිය වූ මධුර වූ ස්වභාව ඇත්තකි.
මේ තණ්හාව ප්‍රතීණාවත වීට මෙම තණ්හාවෙහි
ප්‍රතීණාවේ. නිරුද්ධ වන වීට මෙහිම නිරුද්ධ වේ.

ශබ්දය අරමුණු කොට උපන් තණ්හාව ලෝකයෙහි
ප්‍රිය වූ මධුර වූ ස්වභාව ඇත්තකි.
මේ තණ්හාව ප්‍රතිභාවන ටීට මෙම තණ්හාවෙහි
ප්‍රතිභාවේ නිරුද්ධ වන ටීට මෙහිම නිරුද්ධ වේ.

ගැටිකණිනා ලෝකේ පියරූපං
සාතරූපං,
එත්ථෙසා කණිනා පභියමානා පභියති, එත්ථ
නිරුජ්ඣමානා නිරුජ්ඣති.

රසනණිනා ලෝකේ පියරූපං
සාතරූපං,
එත්ථෙසා තණිනා පභියමානා පභියති, එත්ථ
නිරුජ්ඣමානා නිරුජ්ඣති.

පොට්ටුබිඳකණ්ණා ලෝකේ පියරූපං
සාතරූපං,
එත්තේසා කණ්ණා පභියමානා පභියති, එත්ත
නිරුජ්ඣමානා නිරුජ්ඣති.

ධම්මතණ්ණා ලෝකේ පියරූපං
සාතරූපං,
එත්ථෙසා තණ්ණා පභියමානා පභියති, එත්ථ
නිරුප්පධමානා නිරුප්පධති.

රූපවිකක්කෝ ලෝකේ පියරූපං
සාතරූපං,
එත්ථෙසා තණ්හා පභියමානා පභියති, එත්ථ
නිරුප්පකමානා නිරුප්පකති.

සද්දවිතක්කෝ ලෝකේ පියරූපං
සාතරූපං,
එත්ථෙසා තණ්හා පභියමානා පභියති, එත්ථ
නිරුප්ඤ්ඤානා නිරුප්ඤ්ඤති.

ගනවිතක්කෝ ලෝකේ පියරූපං
සාතරූපං,
එත්තෙසා තණ්හා පහියමානා පහියති, එත්ථ
නිරුප්පකමානා නිරුප්පකති.

රසවිතක්කෝ ලෝකේ පියරූපං
සාතරූපං,
එත්ථෙසා තණ්හා පභියමානා පභියති, එත්ථ
නිරුප්ඤ්ඤානා නිරුප්ඤ්ඤති.

පොට්ටුබිඳවිකක්කෝ ලෝකේ පියරූපං
සාතරූපං,
එත්ටෙසා තණනා පහියමානා පහියති, එත්ට
නිරුජ්ඣමානා නිරුජ්ඣති.

ගනකය අරමුණු කොට උපන් තණ්හාව ලෝකයෙහි
ප්‍රිය වූ මධුර වූ ස්වභාව ඇත්තකි.

මේ තණ්හාව ප්‍රතික්‍ෂාදායක වීම මෙම තණ්හාවෙහි ප්‍රතික්‍ෂාවේ නිරුද්ධ වන වීම මෙහිම නිරුද්ධ වේ.

රසය අරමුණු කොට උපන් තණ්හාව ලෝකයෙහි
ප්‍රිය වූ මධුර වූ ස්වභාව ඇත්තකි.

මේ තණ්හාව ප්‍රතික්‍ෂාපිත වී මෙම තණ්හාවෙහි ප්‍රතික්‍ෂාවේ නිරුද්ධ වන වී මෙහිම නිරුද්ධ වේ.

ස්පර්ශය අරමුණු කොට උපන් තණ්හාව
ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ මධුර වූ ස්වභාව ඇත්තකි.

මේ තණ්හාව ප්‍රතිණාවන විට මෙම තණ්හාවෙහි ප්‍රතිණාවේ, නිරුද්ධ වන විට මෙහිම නිරුද්ධ වේ.

ධර්මාරම්මණ අරමුණු කොට උපන් තණ්හාව
ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ මධුර වූ ස්වභාව ඇත්තකි.

මේ තණ්හාව ප්‍රතික්‍රමන වීම් මෙම තණ්හාවෙහි ප්‍රතික්‍රමය. නිරුද්ධ වන වීම් මෙහිම නිරුද්ධ වේ.

රූපවිතර්කය, (රූප අරමුණට සිත නැංවීම)
ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ මධුර වූ ස්වභාව ඇත්තකි.

මේ තණ්හාව ප්‍රතිභාවන විට මෙම විතර්කයෙහි ප්‍රතිභාවේ නිරුද්ධ වන විට මෙහිම නිරුද්ධ වේ.

ශබ්දචිතර්කය, (ශබ්ද අරමුණට සිත නැංවීම)
ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ මධුර වූ ස්වභාව ඇත්තකි.

මේ තණ්හාව ප්‍රතිභාවන වීට මෙම විතර්කයෙහි ප්‍රතිභාවේ. නිරුද්ධ වන වීට මෙහිම නිරුද්ධ වේ.

ගනවිතර්කය, (ගනවි අරමුණට සිත නැංවීම)
ලෝකයෙහි පිය වූ මධර වූ ස්වභාව ඇත්තකි.

මේ තණ්හාව ප්‍රතිඵලයක් වී මෙම විතර්කයෙහි ප්‍රතිඵලය වේ. නිරුද්ධ වන විට මෙහිම නිරුද්ධ වේ.

රසවිතර්කය, (රස අරමුණට සිත නැංවීම)
ලෝකයෙහි පිය වූ මධුර වූ ස්වභාව ඇත්තකි.

මේ තණ්හාව ප්‍රතිභාවන වීට මෙම විතර්කයෙහි ප්‍රතිභාවේ, නිරුද්ධ වන වීට මෙහිම නිරුද්ධ වේ.

ජොට්ට්ඩ්ඩ්විතර්කය, (ස්පර්ශයට සිත නැවීම)
ලෝකයෙහි පිය වූ මධුර වූ ස්වභාව පැත්තකි. මේ

තණ්හාව ප්‍රතිණාවන වීට මෙම විතර්කයෙහි ප්‍රතිණාවේ.
නිරුද්ධ වන වීට මෙහිම නිරුද්ධ වේ.

ධම්මවිතක්කෝ ලෝකේ පියරූපං
සාතරූපං,
එත්ථෙසා තණ්හා පහියමානා පහියති, එත්ථ
නිරුජ්ඣමානා නිරුජ්ඣති.

රූපවිචාරෝ ලෝකේ පියරූපං
සාතරූපං,
එත්ථෙසා තණ්හා පහියමානා පහියති, එත්ථ
නිරුජ්ඣමානා නිරුජ්ඣති.

සද්දවිචාරෝ ලෝකේ පියරූපං
සාතරූපං,
එත්ථෙසා තණ්හා පහියමානා පහියති, එත්ථ
නිරුජ්ඣමානා නිරුජ්ඣති.

ගන්ධවිචාරෝ ලෝකේ පියරූපං
සාතරූපං,
එත්ථෙසා තණ්හා පහියමානා පහියති, එත්ථ
නිරුජ්ඣමානා නිරුජ්ඣති.

රසවිචාරෝ ලෝකේ පියරූපං
සාතරූපං,
එත්ථෙසා තණ්හා පහියමානා පහියති, එත්ථ
නිරුජ්ඣමානා නිරුජ්ඣති.

ථොට්ඨබ්බවිචාරෝ ලෝකේ පියරූපං
සාතරූපං,
එත්ථෙසා තණ්හා පහියමානා පහියති, එත්ථ
නිරුජ්ඣමානා නිරුජ්ඣති.

ධම්මවිචාරෝ ලෝකේ පියරූපං
සාතරූපං,
එත්ථෙසා තණ්හා පහියමානා පහියති, එත්ථ
නිරුජ්ඣමානා නිරුජ්ඣති.

ඉදං වුච්චති භික්ඛවේ දුක්ඛනිරෝධං
අරියසච්චං.

ධර්මවිතර්කය, (ධර්ම අරමුණාව සිත නැංවීම)
ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ මධුර වූ ස්වභාව ඇත්තකි.
මේ තණ්හාව ප්‍රතීණාවන විට මෙම විතර්කයෙහි
ප්‍රතීණාවේ. නිරුද්ධ වන විට මෙහිම නිරුද්ධ වේ.

රූප අරමුණෙහි සිත හැසිරවීම ලෝකයෙහි ප්‍රිය
වූ මධුර වූ ස්වභාව ඇත්තකි.
මේ තණ්හාව ප්‍රතීණාවන විට මෙම විචාරයෙහි
ප්‍රතීණාවේ. නිරුද්ධ වන විට මෙහිම නිරුද්ධ වේ.

ශබ්ද අරමුණෙහි සිත හැසිරවීම ලෝකයෙහි ප්‍රිය
වූ මධුර වූ ස්වභාව ඇත්තකි.
මේ තණ්හාව ප්‍රතීණාවන විට මෙම විචාරයෙහි
ප්‍රතීණාවේ. නිරුද්ධ වන විට මෙහිම නිරුද්ධ වේ.

ගන්ධ අරමුණෙහි සිත හැසිරවීම ලෝකයෙහි ප්‍රිය
වූ මධුර වූ ස්වභාව ඇත්තකි.
මේ තණ්හාව ප්‍රතීණාවන විට මෙම විචාරයෙහි
ප්‍රතීණාවේ. නිරුද්ධ වන විට මෙහිම නිරුද්ධ වේ.

රස අරමුණෙහි සිත හැසිරවීම ලෝකයෙහි ප්‍රිය වූ
මධුර වූ ස්වභාව ඇත්තකි.
මේ තණ්හාව ප්‍රතීණාවන විට මෙම විචාරයෙහි
ප්‍රතීණාවේ. නිරුද්ධ වන විට මෙහිම නිරුද්ධ වේ.

ස්පර්ශ අරමුණෙහි සිත හැසිරවීම ලෝකයෙහි ප්‍රිය
වූ මධුර වූ ස්වභාව ඇත්තකි.
මේ තණ්හාව ප්‍රතීණාවන විට මෙම විචාරයෙහි
ප්‍රතීණාවේ. නිරුද්ධ වන විට මෙහිම නිරුද්ධ වේ.

ධර්ම අරමුණෙහි සිත හැසිරවීම ලෝකයෙහි ප්‍රිය
වූ මධුර වූ ස්වභාව ඇත්තකි.
මේ තණ්හාව ප්‍රතීණාවන විට මෙම විචාරයෙහි
ප්‍රතීණාවේ. නිරුද්ධ වන විට මෙහිම නිරුද්ධ වේ.

මහණෙනි මෙය දුක්ඛ නිරෝධ ආයතී සත්‍යය යයි
කියනු ලැබේ.



ආයතී අෂ්ටාංගික මාර්ගය

කතමඤ්ච හික්ඛවේ දුක්ඛනිරෝධගාමිනී පටිපද අරියසච්චං?

මහණෙනි, දුක නැතිකිරීමට මග පෙන්වන ප්‍රතිපද මාර්ගය නම් වූ උතුම් සත්‍යය කුමක්ද?

අයමේච අරියෝ අට්ඨංගිකෝ මග්ගෝ. සෙය්‍යථිදං?
සම්මාදිට්ඨි, සම්මාසංකප්පෝ
සම්මාවාචා, සම්මාකම්මන්තෝ
සම්මාආජීවෝ, සම්මාවායාමෝ
සම්මාසනි, සම්මාසමාධි.

අංග අටකින් යුක්ත වූ මේ උතුම් ප්‍රතිපත්ති මාර්ගය යයි. ඒ අංග අට කවරේද?
යහපත් දැකීම, යහපත් කල්පනාව,
යහපත් වචනය, යහපත් කර්මාන්තය,
යහපත් ජීවිතය, යහපත් වැයම,
යහපත් සිහිය, යහපත් සිතේ එකඟකම. (යනුයි)

කතමාච හික්ඛවේ සම්මාදිට්ඨි? යං ඛෝ හික්ඛවේ දුක්ඛේ ඤාණං දුක්ඛසමුදයෙ ඤාණං දුක්ඛනිරෝධෙ ඤාණං දුක්ඛනිරෝධ-ගාමිනියා පටිපද්‍ය ඤාණං, අයං වුච්චති හික්ඛවේ සම්මාදිට්ඨි.

මහණෙනි, යහපත් දැකීම යනු කුමක් ද?
මහණෙනි දුක්ඛ සත්‍යයෙහි යම් දැනීමක් වේ ද, දුක්ඛ සමුදය සත්‍යයෙහි යම් දැනීමක් වේද, දුක්ඛ නිරෝධ සත්‍යයෙහි යම් දැනීමක් වේද, දුක්ඛ නිරෝධ ගාමිණී පටිපද සත්‍යයෙහි යම් දැනීමක් වේ ද, මහණෙනි, මෙය යහපත් දැකීම යයි කියනු ලැබේ.

කතමෝ ච හික්ඛවේ සම්මා සංකප්පෝ?

මහණෙනි, යහපත් කල්පනාව යනු කුමක් ද?

නෙක්ඛම්ම සංකප්පෝ
අව්‍යාපාද සංකප්පෝ
අවිහිංසා සංකප්පෝ,
අයං වුච්චති හික්ඛවේ සම්මා සංකප්පෝ.

ගිහිගෙයින් නික්මී පැවිදි ජීවිතයකට යාමේ කල්පනාව, අනුන් කෙරෙහි චෛරයක් ඇති කර නොගැනීමේ කල්පනාව සහ අනුන්ට හිංසාවක් නොකිරීමේ කල්පනාව. යන මේවා යි. මහණෙනි, මෙය යහපත් කල්පනාව යයි කියනු ලැබේ.

කතමාච හික්ඛවේ සම්මා වාචා?

මහණෙනි යහපත් වචනය යනු කුමක් ද?

මුසාවාද වේරමණි.
පිසුනා වාචා වේරමණි.
ඵරුසා වාචා වේරමණි.
සම්ඵප්පලාපා වේරමණි.
අයං වුච්චති හික්ඛවේ සම්මා වාචා.

බොරු කීමෙන් වැළකී සත්‍ය වචන කීම, කේලාම් කීමෙන් වැළකී හිතවත් වචන කීම, රළු පරළු ඛස් කීමෙන් වැළකී මුදු මොලොක් වචන කීම සහ හිස් වචන කීමෙන් වැළකී අර්ථවත් වචන කීම යනුයි. මහණෙනි, මෙය යහපත් වචනය යයි කියනු ලැබේ.

කතමෝ ච හික්ඛවේ සම්මාකම්මන්තෝ ?

මහණෙනි, යහපත් කර්මාන්තය යනු කුමක් ද?

පාණානිපාතා වේරමණි,
අදින්තාදතා වේරමණි,
කාමේසුමිච්ඡාවාරා වේරමණි,
අයං චූචිචති හික්ඛවේ සම්මාකම්මන්තෝ.

සත්ව ඝාතනය නොකිරීම, සොරකම් නොකිරීම සහ නීති විරෝධී කෘම සේවනයෙන් වෙන් වීම, යනුයි. මහණොනි, මෙය යහපත් කර්මාන්තය යයි කියනු ලැබේ.

කතමෝ ට හික්බවේ සම්මා ආජීවෝ?

මහනොති යහපත් ජීවනය යනු කුමක් ද?

ඉඳ හික්බවේ අරියසාවකෝ
මිච්ඡා ආජීවං පනාය සමමාආජීවේන
ජීවිකං කප්පේති,
අයං වුච්චති හික්බවේ සමමා ආජීවෝ.

මහණෙනි මෙ භාසනයෙහි උතුම් ශ්‍රාවකයෙක් වැරැදි පිටත ක්‍රමය හෙවත් කායික වැරැදි තුන සහ වාචසීක වැරැදි හතර අත්හැර නිවැරැදි පිච්ඤාචක් හෙත යයි ද, මහණෙනි මෙය යහපත් පිටනයයි කියනු ලැබේ.

කතමෝ ට හික්බවේ සම්මා වායාමෝ?

මහලොහි යහපත් උත්සාහය යනු කුමක් ද?

ඉඬ හික්බවේ හික්බු
අනුප්පන්නානං පාපකානං
අකුසලානං ධම්මානං
අනුප්පාදය ඡන්දං ජනේති
වායමති විරියං ආරහති
චිත්තං පශ්ගණ්හාති පදහති,

මගයොනි මෙ සස්තෙහි හික්මුවක්
තම සිතෙහි නූපත් පවිටු අකුසල දහම් නොම
උපදවා ගැනීම සදහා, කැමැත්ත ඇති කරගනී.
වැයම් කරයි, වියසී කරයි,
සිත පෑඩි කර ගනියි,
බෙයෙයිය උපදවා ගනියි.

උප්පත්තානං පාපකානං
අකුපලානං ධම්මානං පහානාය
ඡන්දං ජනේති වායමති විරියං
ආරහති චිත්තං පශ්ගණ්ඨනාති
පදහති,

තම සිත තුළ උපන් පව්වු අකුසල දහමි දුරු කර
ගැනීම සඳහා
කැමැත්ත ඇතිකර ගනී, වැයම් කරයි,
විශ්චිත කරයි, සිත දුඃඛකර ගනියි, ඛෙය්‍යච්ඡා
ගනියි.

අනුප්පත්තානං කුසලානං ධම්මානං
උප්පාදය
ඡන්දං ඡතේති වායමති විරියං ආරහති චිත්තං
පග්ගණ්හාති, පදහති,

තම සිත තුළ, නූපත් කුසල් දහම් උපදවා ගැනීම සඳහා කැමැත්ත ඇතිකර ගනියි, වැයම් කරයි, විශ්‍යී කරයි, සිත පුඩි කර ගනියි. ධෛර්‍යය උපදවා ගනියි.

උප්පත්තානං කුසලානං ධම්මානං ධීනියා
අසම්මෝසාය හියොභාවාය වේසුල්ලාය
භාවනාය පාරිසුරියා
ඡන්දං ජනේති වායමති විරියං ආරහති චිත්තං
පග්ගණ්හනාති, පදහති,

තම සිත තුළ උපන් කුසල දහම් ස්ථිරව පවත්වා ගැනීම සඳහා ද, විනාශ නොවීම සඳහා ද, නැවත නැවත වැඩි වීම සඳහා ද, මගත් ඔව්ට පත් වීම සඳහාද භාවනාවෙන් සම්පූර්ණ වීම සඳහාද කැමැත්ත ඇතිකරගනී, වැයම් කරයි, විශ්ෂී කරයි, සිත ඇති කරගනී. ධෛර්යය උපදවා ගනියි.

අයං චූච්චති හික්කවේ සම්මා වායාමෝ.

මහනොහි, මෙය යහපත් උත්සාහ යයි කියනු ලැබේ.

කතමා ච හික්ඛවේ සම්මා සති?
ඉධ හික්ඛවේ හික්ඛු
කායේ කායානුපස්සී විහරති
ආතාපි සම්පජානෝ සතිමා,
විනෙය්‍ය ලෝකේ
අහිජ්ඣාදේමනස්සං,

වේදනාසු වේදනානුපස්සී විහරති,
ආතාපි සම්පජානෝ සතිමා
විනෙය්‍ය ලෝකේ
අහිජ්ඣාදේමනස්සං,

චිත්තේ චිත්තානුපස්සී විහරති,
ආතාපි සම්පජානෝ සතිමා
විනෙය්‍ය ලෝකේ
අහිජ්ඣාදේමනස්සං,

ධම්මේසු ධම්මානුපස්සී විහරති.
ආතාපි සම්පජානෝ සතිමා
විනෙය්‍ය ලෝකේ
අහිජ්ඣාදේමනස්සං,
අයං වුච්චති හික්ඛවේ සම්මාසති.

කතමෝ ච හික්ඛවේ සම්මාසමාධි?

ඉධ හික්ඛවේ හික්ඛු
විච්චිවේච කාමේහි විච්චිච
අකුසලේහි ධම්මේහි
සචිතක්කං සච්චාරං
විචේකජං පිනිසුඛං පටමජ්ඣානං
උපසම්පජ්ජ විහරති,

චිතක්කච්චාරානං වුපසමා
අජ්ඣන්තං සම්පසාදනං
චේතසෝ ඵ්ඤානං අචිතක්කං
අච්චාරං සමාධිජං පිනිසුඛං
දුකියජ්ඣානං උපසම්පජ්ජ
විහරති,

මහණෙනි, යහපත් සිතිය යනු කුමක් ද? මහණෙනි,
මේ සසුනෙහි මහණතෙම කයෙහි කය අනුව
බලමින් වාසය කරයි. කෙලෙස් තවන වියඪ්‍යෙන්
යුක්ත වූයේ මනා නුවණින් යුක්ත වූයේ සිතියෙන්
යුක්ත වූයේ ලෝක නම් වූ මේ ශරීරයෙහි ලෝභය
ද, දෛම්‍යය ද, සංසිදුවා ගෙන (වාසය කරයි)

තූන් වැඳුරුම් වේදනාවන් කෙරෙහි වේදනාවන්
අනුව බලමින් වාසය කරයි. කෙලෙස් තවන
වියඪ්‍යෙන් මනා නුවණින් සහ සිතියෙන් යුතුව
ලෝකය නම් වූ ශරීරයෙහි ලෝභය ද දෛම්‍යය ද
සංසිදුවා ගෙන (වාසය කරයි)

සිතෙහි සිත අනුව බලමින් වාසය කරයි. කෙලෙස්
තවන වියඪ්‍යෙන් මනා නුවණින් සහ සිතියෙන්
යුතුව, ලෝක නම් වූ ශරීරයෙහි ලෝභය ද, දෛම්‍යය
ද, සංසිදුවා ගෙන වාසය කරයි.

පඤ්චනිවරණ ධර්ම ආදී ධර්මයන් කෙරෙහි ධර්ම
අනුව බලමින් වාසය කරයි.
කෙලෙස් තවන වියඪ්‍යෙන් මනා නුවණින් සහ
සිතියෙන් යුතුව, ලෝක නම් වූ ශරීරයෙහි ලෝභය
ද, දෛම්‍යය ද, සංසිදුවා ගෙන වාසය කරයි.
මහණෙනි, මෙය යහපත් සිතිය යයි කියනු ලැබේ.

මහණෙනි, යහපත් සිතේ එකඟ කම යනු කුමක් ද?

මහණෙනි, මේ සසුනෙහි මහණතෙම පඤ්ච කාමයෙන්
චෝච පඤ්චනිවරණ ධර්ම නම් වූ අකුසල චල්‍ය
චෝච වී චිත්තකය හෙවත් අරමුණට සිත නැංවීම
සහිත වූ චිචාර හෙවත් අරමුණෙහි සිත හැසිර වීම
සහිත වූ විචේකයෙන් හටගන්නා වූ, කය සිත පිනවීම
නම් වූ, ප්‍රීතිය හා සැප ඇත්තාවූ, ප්‍රථමධ්‍යාන, කුසල
සිත උපදවා වාසය කරයි.

චිත්තක චිචාර දෙකෙහි සංසිදුවීම හේතු කොට ගෙන
සිත තුළ පැහැදීම කරන්නා වූ සිතෙහි එකඟ කම
ඇති කරන්නා වූ, චිත්තකය නැත්තා වූ, චිචාරය
නැත්තා වූ, සමාධියෙන් උපන්නා වූ, සිත කය
පිනායාම නැමති ප්‍රීතිය හා සැපය ඇති දෙවෙනි
ධ්‍යාන කුසල සිත උපදවා වාසය කරයි.

පීතියාව විරාගා උපෙක්ඛකෝ ව
විහරති සතෝව සම්පජාතෝ
සුඛස්ථ කායේන පටිසංවේදේති
යංතං අරියා ආචික්ඛන්ති
උපෙක්ඛකෝ සතිමා
සුඛවිහාරීති,
තනියජ්ඣානං උපසම්පජ්ජ විහරති,

සුඛස්ථ ව පනානා දුක්ඛස්ථ ව
පනානා සුඛබ්බේව සෝමනස්ස
දේමනස්සානං අඤ්ඤාමා
අදුක්ඛමසුඛං උපෙක්ඛාසතිපාරිසුඛිං
චතුස්සංකාමං උපසම්පජ්ජ විහරති,

අයං වුච්චති භික්ඛවේ සම්මාසමාධි.

ඉදං වුච්චති භික්ඛවේ දුක්ඛ නිරෝධගාමිනි
පටිපදා අරියසච්චං.

ඉති අජ්ඣත්තං වා ධම්මේසු ධම්මානුපස්සී
විහරති,

බහිද්ධා වා ධම්මේසු ධම්මානුපස්සී
විහරති.

අජ්ඣත්තබහිද්ධා වා ධම්මේසු ධම්මානුපස්සී
විහරති.

සමුදයධම්මානුපස්සී වා ධම්මේසු
විහරති,

වයධම්මානුපස්සී වා ධම්මේසු
විහරති,

සමුදය වයධම්මානුපස්සී වා ධම්මේසු
විහරති.

පීතියෙති ද නොඇලීමෙන් මැදහත් ස්වභාවයෙන්
යුක්තව සිති ඇතිව මනා නුවණින් යුක්තව වාසය
කරයි. කයින් සැපයූ විදී. යම් ධ්‍යානයක් හේතු
කොටගෙන ඒ තුන්වන ධ්‍යානයෙන් යුක්ත වූ
පුද්ගලයා මැදහත් සිතින් සිති ඇතිව සැපසේ වාසය
කෙරේ යයි බුද්ධාදී ආර්යයෝ කියත් නම් එබඳු වූ
තුන්වන ධ්‍යාන කුසල සිත උපදවා වාසය කරයි.

කායික සැප මෙන්ම දුක ද දුරු කිරීමෙන්
මුලින්ම සොම්නස් දෙමිනස් දෙක නැතිවීමෙන්,
දුක්ඛොවු සැප නොවූ මැදහත් භාවයෙන් හටගත්
සිතියෙන් පිරිසිදු වූ. සතර වන ධ්‍යාන කුසල සිත
උපදවාගෙන වාසයකරයි.

මහණෙනි මෙය යහපත් සිතේ එකඟ කම යයි කියනු
ලැබේ.

මහණෙනි මෙය දුක්ඛ නිරෝධ ගාමිනි පටිපදා ආර්යී
සත්‍යය යයි කියනු ලැබේ.

මෙසේ තමා කෙරෙහි පවත්නා චතු සත්‍ය ධර්මයන්
කෙරෙහි ධර්මයන් අනුව බලමින් වාසය කරයි.

බාහිර වශයෙන් හෝ පවත්නා චතු සත්‍යය
ධර්මයන් කෙරෙහි ධර්මයන් අනුව බලමින් වාසය
කරයි.

තමා කෙරෙහි හෝ බාහිර වශයෙන් පවත්නා චතු
සත්‍යය ධර්මයන් කෙරෙහි ධර්මයන් අනුව බලමින්
වාසය කරයි.

චතු සත්‍යය ධර්මයන් කෙරෙහි උත්පත්ති
ස්වභාවය අනුව බලමින් වාසය කරයි.

චතු සත්‍යය ධර්මයන් කෙරෙහි විනාශ වන
ස්වභාවය අනුව බලමින් වාසය කරයි.

චතු සත්‍යය ධර්මයන් කෙරෙහි උත්පත්ති සහ විනාශ
වන ස්වභාවයන් අනුව බලමින් වාසය කරයි.

අත්තිකාමියා වා පනස්ස සති පච්චුපට්ඨිතා
හෝති

ඔහුට වතු සත්‍යය ධර්මයන් ඇත යන සිතිය එළඹ
සිටී.

යාවදේව ඤාණමත්තාය
පතිස්සතිමත්තාය
අනිස්සිතෝ ව විහරති,
නව කිඤ්චි ලෝකේ උපාදියති,

ඒ සිතිය හුදෙක් නුවණ දියුණු කිරීම සඳහා ද, සිතිය
වැඩීම සඳහාද, පවතී. ඔහු තණ්හා දිට්ඨි දෙකෙන්
දුරුව වාසය කරයි. ඔහු ලෝකයෙහි (රූපාදී)
කිසිවක් ආත්මාදී වශයෙන් අල්ලා නොගනී.

එවමපි ධෝ හික්ඛවේ හික්ඛු ධම්මේසු
ධම්මානුපස්සි විහරති චතුසු අරියසච්චේසු.

මහණෙනි මෙසේ ද මහණතෙම වතුසත්‍යය ධර්මයන්
කෙරෙහි ධර්මයන් අනුව බලමින් වාසය කරයි.



යෝ හි කෝචි හික්ඛවේ
ඉමේ චත්තාරෝ සතිපට්ඨානෝ ථීවං භාවෙය්‍ය
සත්තවස්සානි,

මහණෙනි යම් කිසිවෙක් මේ සතර සතිපට්ඨාන
මෙසේ දක්වන ලද ක්‍රමයෙන් සත් අවුරුද්දක්
භාවනා කරන්නේ නම්

තස්ස ද්විත්තං ඵලානං
අඤ්ඤතරං ඵලං පාටිකංඛං,
දිට්ඨෙව ධම්මේ අඤ්ඤා,
සති වා උපාදිසේසේ අනාගාමිනා.

ඔහුට ප්‍රතිඵල දෙකක් බලාපොරොත්තු විය හැක.
එනම් මෙලොවදී ම රහත් භාවයට පැමිණීම හෝ
නැවත සසර ඉපදීම ඉතිරිව ඇති කල්හි අනාගාමී
මාර්ගයට පැමිණීම හෝ යන දෙකයි.

නිට්ඨන්තු හික්ඛවේ සත්තවස්සානි, යෝ
හි කෝචි හික්ඛවේ ඉමේ චත්තාරෝ
සතිපට්ඨානෝ ථීවං භාවෙය්‍ය ඡ වස්සානි,

මහණෙනි, සත් අවුරුද්දක් තිබියේවා මහණෙනි, යම්
කිසිවෙක් මේ සතර සතිපට්ඨාන මෙසේ දක්වන
ලද ක්‍රමයෙන් සෘජුවම භාවනා කරන්නේ නම්

තස්ස ද්විත්තං ඵලානං අඤ්ඤතරං
ඵලං පාටිකංඛං, දිට්ඨෙව ධම්මේ
අඤ්ඤා, සතිවා උපාදිසේසේ අනාගාමිනා.

ඔහුට ප්‍රතිඵල දෙකක් බලාපොරොත්තු විය හැක.
එනම් මෙලොවදී ම රහත් භාවයට පැමිණීම හෝ
නැවත සසර ඉපදීම ඉතිරිව ඇති කල්හි අනාගාමී
මාර්ගයට පැමිණීම හෝ යන දෙකයි.

නිට්ඨන්තු හික්ඛවේ ඡ වස්සානි, යෝ හි
කෝචි හික්ඛවේ ඉමේ චත්තාරෝ
සතිපට්ඨානෝ ථීවං භාවෙය්‍ය පඤ්ච
වස්සානි,

මහණෙනි, සය අවුරුද්දක් තිබියේවා. මහණෙනි,
යම් කිසිවෙක් මේ සතර සතිපට්ඨාන මෙසේ දක්වන
ලද ක්‍රමයෙන් පස් අවුරුද්දක් භාවනා කරන්නේ
නම්

තස්ස ද්විත්තං ඵලානං
අඤ්ඤතරං ඵලං පාටිකංඛං,
දිට්ඨෙව ධම්මේ අඤ්ඤා, සතිවා
උපාදිසේසේ අනාගාමිනා.

නිට්ඨන්තු හික්ඛවේ පඤ්ච වස්සානි,

යෝ හි කෝචි හික්ඛවේ ඉමේ චත්තාරෝ
සතිපට්ඨානෝ ථීවං භාවෙය්‍ය
චත්තාරි වස්සානි,

තස්ස ද්විත්තං ඵලානං
අඤ්ඤතරං ඵලං පාටිකංඛං,
දිට්ඨෙව ධම්මේ අඤ්ඤා, සති වා
උපාදිසේසේ අනාගාමිනා.

නිට්ඨන්තු හික්ඛවේ චත්තාරි වස්සානි,

යෝ හි කෝචි හික්ඛවේ
ඉමේ චත්තාරෝ සතිපට්ඨානෝ ථීවං
භාවෙය්‍ය තිණ්ඨවස්සානි,

තස්ස ද්විත්තං ඵලානං
අඤ්ඤතරං ඵලං පාටිකංඛං,
දිට්ඨෙව ධම්මේ අඤ්ඤා, සති වා
උපාදිසේසේ අනාගාමිනා.

නිට්ඨන්තු හික්ඛවේ තිණ්ඨවස්සානි,

යෝ හි කෝචි හික්ඛවේ ඉමේ
චත්තාරෝ සතිපට්ඨානෝ ථීවං
භාවෙය්‍ය ද්වේ වස්සානි, තස්ස ද්විත්තං
ඵලානං අඤ්ඤතරං ඵලං පාටිකංඛං, දිට්ඨෙව
ධම්මේ අඤ්ඤා, සති වා උපාදිසේසේ
අනාගාමිනා.

නිට්ඨන්තු හික්ඛවේ ද්වේ වස්සානි,

යෝ හි කෝචි හික්ඛවේ ඉමේ චත්තාරෝ
සතිපට්ඨානෝ ථීවං භාවෙය්‍ය ථීකං වස්සං,

ඔහුට ප්‍රතිඵල දෙකක් බලාපොරොත්තු විය හැක. එනම් මෙලොවදී ම රහත් භාවයට පැමිණීම හෝ නැවත සසර ඉපදීම ඉතිරිව ඇති කල්හි අනාගාමී මාර්ගයට පැමිණීම හෝ යන දෙකයි.

මහණෙනි, පස් අවුරුද්දක් තිබියේවා,

මහණෙනි යම් කිසිවෙක් මේ සතර සතිපට්ඨාන මෙසේ දක්වන ලද ක්‍රමයෙන් සතර අවුරුද්දක් භාවනා කරන්නේ නම්

ඔහුට ප්‍රතිඵල දෙකක් බලාපොරොත්තු විය හැක. එනම් මෙලොවදී ම රහත් භාවයට පැමිණීම හෝ නැවත සසර ඉපදීම ඉතිරිව ඇති කල්හි අනාගාමී මාර්ගයට පැමිණීම හෝ යන දෙකයි.

මහණෙනි, සතර අවුරුද්දක් තිබියේවා

මහණෙනි යම් කිසිවෙක් මේ සතර සතිපට්ඨාන මෙසේ දක්වන ලද ක්‍රමයෙන් තුන් අවුරුද්දක් භාවනා කරන්නේ නම්

ඔහුට ප්‍රතිඵල දෙකක් බලාපොරොත්තු විය හැක. එනම් මෙලොවදී ම රහත් භාවයට පැමිණීම හෝ නැවත සසර ඉපදීම ඉතිරිව ඇති කල්හි අනාගාමී මාර්ගයට පැමිණීම හෝ යන දෙකයි.

මහණෙනි, තුන් අවුරුද්දක් තිබියේවා.

මහණෙනි, යම් කිසිවෙක් මේ සතර සතිපට්ඨාන මෙසේ දක්වන ලද ක්‍රමයෙන් දෙවුරුද්දක් භාවනා කරන්නේ නම් ඔහුට ප්‍රතිඵල දෙකක් බලාපොරොත්තු විය හැක. එනම් මෙලොවදී ම රහත් භාවයට පැමිණීම හෝ නැවත සසර ඉපදීම ඉතිරිව ඇති කල්හි අනාගාමී මාර්ගයට පැමිණීම හෝ යන දෙකයි.

මහණෙනි, දෙවුරුද්දක් තිබියේ වා.

මහණෙනි, යම් කිසිවෙක් මේ සතර සතිපට්ඨාන මෙසේ දක්වන ලද ක්‍රමයෙන් එක් අවුරුද්දක් භාවනා කරන්නේ නම්

තස්ස ද්විත්තං ඵලානං අඤ්ඤතරං ඵලං
පාටිකං, දිට්ඨෙව ධම්මේ අඤ්ඤා, සති
වා උපාදිසේසේ අනාගාමිනා.

ඔහුට ප්‍රතිඵල දෙකක් බලාපොරොත්තු විය හැක. එනම්
මෙලොවදීම රහත් භාවයට පැමිණීම හෝ නැවත
සසර ඉපදීම ඉතිරිව ඇති කල්හි අනාගාමි මාර්ගයට
පැමිණීම හෝ යන දෙකයි.

තිට්ඨන්තු හික්ඛවේ ඒකං වස්සං.

මහණෙනි එක් අවුරුද්දක් තිබියේවා.

යෝ හි කෝචි හික්ඛවේ ඉමේ චත්තාරෝ
සතිපට්ඨානේ ඒවං භාවෙය්‍ය සත්තමාසානි,

මහණෙනි යම් කිසිවෙක් මේ සතර සතිපට්ඨාන
මෙසේ දක්වන ලද ක්‍රමයෙන් සත් මසක් භාවනා
කරන්නේ නම්

තස්ස ද්විත්තං ඵලානං අඤ්ඤතරං ඵලං
පාටිකං, දිට්ඨෙව ධම්මේ අඤ්ඤා, සති
වා උපාදිසේසේ අනාගාමිනා.

ඔහුට ප්‍රතිඵල දෙකක් බලාපොරොත්තු විය හැක. එනම්
මෙලොවදීම රහත් භාවයට පැමිණීම හෝ නැවත
සසර ඉපදීම ඉතිරිව ඇති කල්හි අනාගාමි මාර්ගයට
පැමිණීම හෝ යන දෙකයි.

තිට්ඨන්තු හික්ඛවේ සත්තමාසානි,

මහණෙනි සත් මසක් තිබියේවා.

යෝ හි කෝචි හික්ඛවේ ඉමේ චත්තාරෝ
සතිපට්ඨානේ ඒවං භාවෙය්‍ය ඡ මාසානි,
තස්ස ද්විත්තං ඵලානං අඤ්ඤතරං ඵලං
පාටිකං, දිට්ඨෙව ධම්මේ අඤ්ඤා, සති
වා උපාදිසේසේ අනාගාමිනා.

මහණෙනි යම් කිසිවෙක් මේ සතර සතිපට්ඨාන
මෙසේ දක්වන ලද ක්‍රමයෙන් සය මාසයක් භාවනා
කරන්නේ නම්, ඔහුට ප්‍රතිඵල දෙකක් බලාපොරොත්තු
විය හැක. එනම් මෙලොවදීම රහත් භාවයට පැමිණීම
හෝ නැවත සසර ඉපදීම ඉතිරිව ඇති කල්හි
අනාගාමි මාර්ගයට පැමිණීම හෝ යන දෙකයි.

තිට්ඨන්තු හික්ඛවේ ඡ මාසානි,

මහණෙනි සය මාසයක් තිබියේවා.

යෝ හි කෝචි හික්ඛවේ ඉමේ චත්තාරෝ
සතිපට්ඨානේ ඒවං භාවෙය්‍ය පඤ්චමාසානි,

මහණෙනි යම් කිසිවෙක් මේ සතර සතිපට්ඨාන
මෙසේ දක්වන ලද ක්‍රමයෙන් පස්මසක් භාවනා
කරන්නේ නම්

තස්ස ද්විත්තං ඵලානං අඤ්ඤතරං ඵලං
පාටිකං, දිට්ඨෙව ධම්මේ අඤ්ඤා, සති
වා උපාදිසේසේ අනාගාමිනා.

ඔහුට ප්‍රතිඵල දෙකක් බලාපොරොත්තු විය හැක. එනම්
මෙලොවදීම රහත් භාවයට පැමිණීම හෝ නැවත
සසර ඉපදීම ඉතිරිව ඇති කල්හි අනාගාමි මාර්ගයට
පැමිණීම හෝ යන දෙකයි.

තිට්ඨන්තු හික්ඛවේ පඤ්චමාසානි,

මහණෙනි, පස්මසක් තිබියේවා.

යෝ හි කෝචි හික්ඛවේ ඉමේ චත්තාරෝ
සතිපට්ඨානේ ඒවං භාවෙය්‍ය
චත්තාරිමාසානි,

මහණෙනි, යම් කිසිවෙක් මේ සතර සතිපට්ඨාන
මෙසේ දක්වන ලද ක්‍රමයෙන් සිව්මසක් භාවනා
කරන්නේ නම්

තස්ස ද්විත්තං ඵලානං අක්කතරං ඵලං
පාටිකංඛං, දිට්ඨෙව ධම්මේ අක්කා, සති
වා උපාදිසේසේ අනාගාමිකා.

සිහුට ප්‍රතිඵල දෙකක් බලාපොරොත්තු විය හැක. එනම් මෙලොවදීම රහත් භාවයට පැමිණීම හෝ නැවත සසර ඉපදීම. ඉතිරිව ඇති කල්හී අනාගාමි මාර්ගයට පැමිණීම හෝ යන දෙකයි.

නිව්‍යන්ත භික්ඛවේ චන්තාරිමාසානි,

මහලොහි, සිටි මසක් තිබියේවා.

යෝ හි කෝටි හික්කවේ ඉමේ වත්තාරෝ
සතිපට්ඨානේ ඵ්වං භාවෙය්‍ය තිණ්මාසානි,

මහනොනි, යම් කිසිවෙක් මේ සතර සහිපටියානු
මෙසේ දක්වන ලද ක්‍රමයෙන් තුන් මසක් භාවනා
කරන්නේ නම්

තස්ස ද්විත්තං ඵලානං අඤ්ඤතරං ඵලං
පාටිකංඛං, දිට්ඨෙව ධම්මේ අඤ්ඤා, සති
වා උපාදිසේසේ අනාගාමිකා.

සිහුට ප්‍රතිඵල දෙකක් බලාපොරොත්තු විය හැක. එනම් මෙලොවදීම රහත් භාවයට පැමිණීම හෝ නැවත සසර ඉපදීම. ඉතිරිව ඇති කල්හී අනාගාමී මාර්ගයට පැමිණීම හෝ යන දෙකයි.

නිව්‍යන්ත භික්ඛවේ තිණ්‍යොපානි,

මහලොහු, තන් මසක් තිබියේවා.

යෝ හි කෝටි හික්කවේ ඉමේ චක්කාරෝ
සතිපට්ඨානේ ඵ්ථං භාවෙය්‍ය ද්වේමාසානි,

මහලොහු, යම් කිසිවෙක් මේ සතර සතිපට්ඨාන
මෙසේ දක්වන ලද ක්‍රමයෙන් දෙමසක් භාවනා
කරන්නේ නම්

තස්ස ද්විත්තං ඵලානං අක්කරං ඵලං
පාටිකංඛං, දිට්ඨෙව ධම්මේ අක්කරා, සති
වා උපාදිසේසේ අනාගාමිකා.

බිහිවූ ප්‍රතිඵල දෙකක් බලාපොරොත්තු විය හැක. එනම් මෙලොවදීම රහත් භාවයට පැමිණීම හෝ නැවත සසර ඉපදීම ඉතිරිව ඇති කල්හී අනාගාමී මාර්ගයට පැමිණීම හෝ යන දෙකයි.

නිව්‍යන්ත භික්ඛවේ ද්වේමාසානි,

මහනොනි, දෙමසක් තිබියේවා.

යෝ හි කෝවි හික්බවේ ඉමේ චක්කාරෝ
සතිපට්ඨානේ ඵ්වං භාවෙය්‍ය ඵකං මාසං,
තස්ස ද්විත්තං ඵලානං
අඤ්ඤතරං ඵලං පාටිකංඛං,
දිට්ඨෙව ධම්මේ අඤ්ඤා, සති වා උපාදිසේසේ
අනාගාමිනා.

මගමොනි, යම් කිසිවෙක් මේ සතර සහිපටියාන මෙසේ දක්වන ලද ක්‍රමයෙන් එක් මසක් භාවනා කරන්නේ නම්, ඔහුට පුරිපල දෙකක් බලාපොරොත්තු විය හැක. එනම් මෙලොවදීම රහත් භාවයට පැමිණීම හෝ නැවත සසර ඉපදීම ඉතිරිව ඇති කල්හී අනාගාමී මාර්ගයට පැමිණීම හෝ යන දෙකයි.

නිව්‍යන්ත භික්ඛවේ මාසෝ,

මහලොව, එක් මසක් තිබියේවා.

යෝ හි කෝචි හික්කවේ ඉමේ චන්තාරෝ
සනිපට්ඨානේ ඵ්ථං භාවෙය්‍ය අද්ධමාසං,

මහනොනි, යම් කිසිවෙක් මේ සතර සතිපට්ඨාන
මෙසේ දක්වන ලද ක්‍රමයෙන් අඩි මසක් භාවනා
කරන්නේ නම්

තස්ස ද්විත්තං ඵලානං අඤ්ඤතරං ඵලං
පාටිකංඛං, දිට්ඨෙව ධම්මේ අඤ්ඤා, සති
වා උපාදිසේසේ අනාගාමිනා.

ඔහුට ප්‍රතිඵල දෙකක් ඛලාපොරොත්තු විය හැක. එනම්
මෙලොවදීම රහත් භාවයට පැමිණීම හෝ නැවත
සසර ඉපදීම ඉතිරිව ඇති කල්හි අනාගාමි මාර්ගයට
පැමිණීම හෝ යන දෙකයි.

තිට්ඨන්තු හික්ඛවේ අද්ධ මාසෝ,

මහණෙනි, අඩ මසක් තිබියේවා.

යෝ හි කෝචි හික්ඛවේ ඉමේ චන්තාරෝ
සතිපට්ඨානෝ ථ්වං භාවෙය්‍ය සත්තානං,

මහණෙනි, යම් කිසිවෙක් මේ සතර සතිපට්ඨාන
මෙසේ දක්වන ලද ක්‍රමයෙන් සත් දිනක් භාවනා
කරන්නේ නම්

තස්ස ද්විත්තං ඵලානං අඤ්ඤතරං ඵලං
පාටිකංඛං, දිට්ඨෙව ධම්මේ අඤ්ඤා, සති
වා උපාදිසේසේ අනාගාමිනා.

ඔහුට ප්‍රතිඵල දෙකක් ඛලාපොරොත්තු විය හැක. එනම්
මෙලොවදීම රහත් භාවයට පැමිණීම හෝ නැවත
සසර ඉපදීම ඉතිරිව ඇති කල්හි අනාගාමි මාර්ගයට
පැමිණීම හෝ යන දෙකයි.

ථ්කායනෝ අයං හික්ඛවේ මග්ගෝ

මහණෙනි, මේ සතර සතිපට්ඨාන කෙනෙක් වේ ද
මේ මාර්ගය

සත්තානං විසුද්ධියා
සෝකපරිද්දවානං සමතික්කමාය
දුක්ඛ දේමනස්සානං අඝංගමාය

සත්වයන්ගේ පිරිසිදුවීම සඳහාද
ශෝකය හා වැළපීම ඉක්මවීම සඳහාද,
දුක් දෙමිනස් පහ කිරීම සඳහා ද

ඤායස්ස අධිගමාය නිබ්බාණස්ස
සවිජ්ජිරියාය,
යදිදං චන්තාරෝ සතිපට්ඨානා' නි.

න්‍යාය නම් වූ ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය අවබෝධ
කිරීම සඳහා ද, නිවන අවබෝධ කිරීම සඳහා ද
එකම මාර්ගය වේ.

ඉති යංතං චුත්තං ඉදමේතං
පටිච්ච චුත්තන්ති.

මෙසේ යම් කාරණයක් වදරන ලද්දේ නම් ඒ මේ
කාරණය පිණිස හෙවත් බුද්ධ ශාසනයෙහි
නෛය්‍යාණිකත්වය (සත්වයා නිවනට පමුණුවන බව)
පිණිස වදරන ලදී.

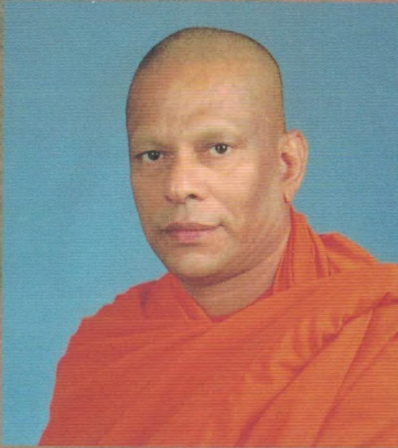
ඉදමචෝච හගවා
අත්තමනා තේ හික්ඛු
හගවතෝ භාසිතං අභිනන්දන් නි.

භාග්‍යවතුන් වහන්සේ මේ සතිපට්ඨාන සූත්‍ර දේශනාව
වදළ සේක. සතුටු සිත් ඇත්තාවූ ඒ හික්කුහු
බුදුරජාණන් වහන්සේගේ දේශනාවට විශේෂයෙන්
සතුටු වූවා හුය.

සාධු, සාධු, සාධු.

එතේන සච්ච චජ්ජේන සොත්ථි තේ හොතු සබ්බද
මේ සත්‍යයෙහි ආනුභාවයෙන් ඔබට සද යහපතක් ම වේවා

කතෘ ගැන වචනයක් වේරගොඩ සාරද මහා ස්ථවිර



මහා සතිපට්ඨාන සූත්‍රය - නිවනට එකම මග නම් වූ මෙම වටිනා ග්‍රන්ථය ප්‍රමා විශේෂ පටන් ම උන්වහන්සේ හුදු වූ අදහසක් මුදුන් පත් කරන්නකි. උන් වහන්සේ ගේ ගුරු, දේවයන් වහන්සේ සහ දෙමාපියන්ට පිං පැමිණිවීම මෙම ග්‍රන්ථය මුද්‍රණය කර විමෙහි ප්‍රධාන අරමුණ වන්නේ ය. මේ ප්‍රකාශනය හා සමගම, සිංගප්පූරුවේ බෞද්ධ භාවනා මධ්‍යස්ථානය විසින් ප්‍රකාශිත ග්‍රන්ථ සංඛ්‍යාව ශිඝ්‍ර වේගයෙන් දෙසිය ගිණනම් වෙති අංකය වෙත ගමන් කරමින් සිටී. ගුරු වේරගොඩ සාරද මහා ස්ථවිර වහන්සේ 1941 දී උපත ලැබ වයස අවුරුදු 12 දී යටලමත්තේ ශ්‍රී වජිරඤ්ඤා නායක ස්වාමීන්ද්‍රයන් වහන්සේ ගේ ශිෂ්‍යවරයකු ලෙස වේරගොඩ ජයන්ති විහාරයේ දී පැවිදි බව ලැබුන.

ශ්‍රී ජයවර්ධන විශ්ව විද්‍යාලයේ උන් වහන්සේ උපාධි ලැබුවේ 1964 දීය. පාලි, සංස්කෘත, සිංහල සහ බුදු සමය පිළිබඳ හසළ බුද්ධියකින් හෙබි උන් වහන්සේ 1965 සිට 1967 දක්වා ඉදුරුපත් විල පිරිවෙනාධිපති

පදවිය හෙබ වූ සේක. එසේම, 1967 සිට 1969 දක්වා ඒ ස්ථවිරයන් වහන්සේ අවිස්සාවේලුලේ සුධර්මාරාම පිරිවෙන් විශ්ව විද්‍යාලයේ අධිපති පදවිය ඉසිලූ සේක.

ජාත්‍යන්තර බුදු සමය උදෙසා සාමයික සේවයට කැප වෙමින් උන් වහන්සේ සිය ජගත් ව්‍යාප්ත ධර්මදූත මෙහෙය ආරම්භ කළේ මැලේසියාවේ පිනෑං නගරයේ දී ය. ගුරු වේරගොඩ සාරද ස්ථවිරයන් වහන්සේ එහි මහින්දරාම ඉරිදු පාලි පාසලේ විද්‍යාලයාධිපති පදවිය ඉසිලූහ. 1979 දී ගුරු වේරගොඩ සාරද ස්ථවිරයන් වහන්සේ සිංගප්පූරුවට වැඩම කොට සිංගප්පූරුවේ බෞද්ධ භාවනා මධ්‍යස්ථානය පිහිටුවාලූහ. දැනටමත් ගුරු වේරගොඩ සාරද ස්ථවිරයන් වහන්සේ ඒ භාවනා මධ්‍යස්ථානයෙහි අධිපති ධුරය දරති. ඇමෙරිකන් - ශ්‍රී ලංකා බෞද්ධ සමිතියේ සමාරම්භක සාමාජිකයෙකු වන සාරද ස්ථවිරයන් වහන්සේ දැනටමත් ඒ සමිතියේ අධ්‍යක්ෂ පදවිය හොබවති. ජපන් ශ්‍රී ලංකා බෞද්ධ සමිතියේ සමාරම්භක සාමාජිකයෙකු වන සාරද ස්ථවිරයන් වහන්සේ දැනට එම සංවිධානයේ මහා ලේකම් වරයායි. එසේම ගුරු වේරගොඩ සාරද ස්ථවිරයන් වහන්සේ දකුණු සිරිලක අම්බලංගොඩ, වේරගොඩ ජයන්ති විහාරයේ අධිපතින් වහන්සේයි.

ගුරු සාරද හිමියන් විසින් බුදු සස්තව ඉටු කෙරෙන ඉතාම විශිෂ්ට මෙහෙය නම් බුදු සමය පිළිබඳ පත-පොත මුද්‍රණයෙන් ප්‍රකාශ කිරීමයි. උන් වහන්සේ විසින් මුද්‍රිත පොත් වලින් පිටපත් දලඳුණයක් පමණ මුදල් අය කිරීමකින් තොරව ලොව පුරා ප්‍රචාරය කොට ඇත්තේය. දැනට එතුමන් විසින් ප්‍රකාශිත පොත් ගණන 239 ක් වන අතර ඉන් විස්සක් පමණම පලවී තිබෙන්නේ එතුමන් ගේ කතෘත්වයෙනි. ඒවා නම්, බුද්ධ වචනය, බෞද්ධ භාවනා මාර්ගය, මෙහි භාවනාව, ආධුනිකයන්ට බුදු දහම, බුදු සිරිත, මහා මංගල සූත්‍රය, මිහිතලයේ පහළ වූ ශ්‍රේෂ්ඨ පුරුෂයා, පීඨිකයේ සහ මරණයේ ස්වභාවය සහ ළමයින් සඳහා හොඳ සිරිත් ඉන් සමහරකි. බුදු සිරිත සිතුවමින් කෘතිය ගුරු වේරගොඩ සාරද ස්ථවිරයන් වහන්සේ ගේ කෘති අතර දැනට ඉතාමත් ම ජනප්‍රිය ප්‍රකාශනයයි. ගුරු වේරගොඩ සාරද ස්ථවිරයන් වහන්සේ ගේ විශිෂ්ඨ ග්‍රන්ථය ලෙස සැලකෙන්නේ ධම්මපද පරිවර්තනයයි. එය සිංහල, ඉංග්‍රීසි හා චීන භාෂා වලින් පිටපත් හතලිස් දහසකට අධික ප්‍රමාණයක් පළකොට, ලොව පුරා බෙදා හැර ඇත.

එඩ්වින් ආරියදාස

I.S.B.N. 981 - 04 -2037 - 4